



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	Pilates (1)
11:15		11:15		11:15		11:15	Senior Aquafit (3)	11:15	
12:00		12:00		12:00		12:00		12:00	Senior Aquafit (3)
18:00	Buik en rug (1)	18:00		18:00	Just Move Into Shape (1)	18:00	Club Power (1)	18:00	
19:00	Indoor cycling (1)	19:00	Just Boxing (1)	19:00	Just Move Insane (1)	19:00	BBB (1)	19:00	BBB (1)
19:00		19:00		19:00	Aquafit (2)	19:00		19:00	
20:00	Indoor cycling (1)	20:00	Zumba (1)	20:00	Pilates (1)	20:00	Club Yoga (1)	20:00	Zumba (1)
21:00		21:00		21:00	Yogalates (1)	21:00	STEP BBB (1)	21:00	

## Type les

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua



ZATERDAG		ZONDAG	
10:00		10:00	Club Yoga (1)
11:00	Zwangerschapszwemmen (1)	11:00	
11:00		11:00	Fatburner (1)
11:15		11:15	
11:45	Zwangerschapszwemmen (1)	11:45	
12:00	Zwemles 18+ Niveau 1 (2)	12:00	
13:00	Zwemles 18+ Niveau 2 (2)	13:00	

## PRAKTISCHE INFO

Tarieven	10-beurtenkaart: € 50,00 4 maanden geldig
Reserveren	info.veldstraat@sportoase.be Per telefoon: 03/290 55 55 Of aan de infobalie
Waar gaat de les door?	(1) Groepslessenzaal (2) Sportbad (3) Instructiebad
Sportoase	Sportoase Velstraat Veldstraat 83 2060 Antwerpen 03/290 55 55