



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
12:00	Aquafit (1)	10:00	Indoor Cycling (2)	14:00	Youth Fitness COMING SOON!	10:00	Pilates (3)	11:00	Retro Dance Aerobics (3)
17:00	COMING SOON!	11:00	Yogalates (3)	18:00	Club Power (3)	18:00	HITT (3)	17:45	Aqua Pilates (1)
19:00	Zumba (3)	17:00	Easy Aqua (1)	18:00	Yoga (4)	19:00	Indoor Cycling (2)	18:00	Club Power (4)
19:00	Indoor Cycling (2)	18:00	Aqua Cardio (1)	18:00	Aquafit (1)			18:45	Aquafit (1)
19:45	Aquafit (1)			19:00	Step Aerobic (4)			19:00	Yogalates (4)
20:00	Just Box (3 & 4) <i>Vanaf 15/06</i>			19:00	BBB (3)				
				19:00	Indoor Cycling (2)				

Kracht
Conditie
Mix
Body & Mind
Aqua
Coming soon



ZATERDAG		ZONDAG	
09:00	Total Body Work-out (3) <i>Vanaf 20/06</i>	08:00	COMING SOON!
10:00	Aqua Zumba (1)	08:30	Vinyasa Yoga (3)
12:00	Cardio & Core (3) <i>Vanaf 20/06</i>	10:00	Indoor Cycling (2)
		10:00	Aqua Pilates (1)
		11:00	Aquafit (1)

Tarieven

10-beurtenkaart: €95,00
(4 maanden geldig)

Jaarabonnement
groepslessen: €49/maand

Reserveren

- Via de kiosk
- Online www.sportoase.be
- Per telefoon 03/288 55 88
- App

1 = Sportbad
2 = Cyclingzaal
3= Polyvalente zaal unit 1
4= Polyvalente zaal unit 2

Sportoase De Watermolen
Watermolenstraat 104
9111 Sint-Niklaas
Tel. 03/288 55 88
info.dewatermolen@sportoase.be

Periode

Dit uurrooster is van toepassing
van 11/04/2026 tem 31/08/2026