



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG		ZONDAG	
09:30	Pilates	19:00	BBB	15:00	Youth fitness	19:00	Step/BBB	09:15	Aquasenior	09:30	Zumba
11:15	Aquasenior			19:00	Just Boxing	20:00	Pilates	12:30	Aquafit	09:30	Yoga Hatha
19:00	HIIT			19:00	La Blast	20:00	Indoor Cycling	18:00	Youth fitness	10:00	Running team
19:15	Aquabalance			20:00	Zumba	20:15	Aquafit				
20:00	Indoor Cycling										
20:15	Aquafit										

PRAKTISCHE INFO

Tarieven 10-beurtenkaart: € 85,00
4 maanden geldig
Of groepslesabonnement

Reserveren Via de kiosk
Per telefoon: 089/22.00.10
Online www.sportoase.be

Sportoase Sportoase Montaignehof
Montaignehof 1

3620 Lanaken
Tel. 089/22.00.10

Periode info.montaignehof@sportoase.be
Dit uurrooster is van toepassing vanaf 30/05/2022

TYPE LES

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua