

Nog een aantal belangrijke punten:

- Groepslessen gaan door vanaf 4 deelnemers.
- Sta je als vast ingeschreven op een groepsles, dan haalt Sportivity die les niet van je rooster als wij deze verwijderen, check dus goed welke lessen er komen te vervallen.
- Bij aqualessen die gewijzigd of samengevoegd zijn, graag even opnieuw reserveren voor deelname.

Geniet van jullie heerlijke zomer!

| | |
|-----------------|--|
| Maandag | |
| Fitness | 08:00 - 21:30 |
| Groepslessen: | |
| 08:15 - 09:00 | Jumping <i>Vervalt 12/8 - 19/8 en 26/8</i> |
| 09:00 - 09:50 | Oldskool |
| 09:15 - 10:00 | Steps <i>Vervalt 5/8</i> |
| 09:15 - 10:00 | WandelWorkout |
| 10:15 - 11:15 | BodyBalance <i>Vervalt 22/7 - 29/7 en 5/8</i> |
| 18:30 - 19:15 | Jumping |
| 19:00 - 20:15 | Hardloopgroep |
| 19:00 - 20:00 | Oldskool |
| 19:30 - 20:15 | B-Kick <i>Vervalt 5/8 - 12/8 en 19/8</i> |
| 20:00 - 20:45 | Indoor Power Cycling <i>Vervalt 29/7 en 26/8</i> |
| 20:00 - 21:00 | Oldskool |
| 20:30 - 21:20 | Bodypump Freestyle <i>Vervalt 5/8</i> |
| Aqualessen: | |
| 10:05 - 10:35 | AquaVaria <i>Vervalt 19/8 en 26/8</i> |
| 10:50 - 11:20 | AquaFit 65+ <i>Vervalt 19/8 en 26/8</i> |
| 19:30 - 20:00 | AquaVaria |
| Dinsdag | |
| Fitness | 08:00 - 11:45 13:30 - 21:30 |
| Groepslessen: | |
| 10:00 - 10:45 | Pilates <i>Vervalt 23/7 - 30/7 en 6/8</i> |
| 19:00 - 19:45 | Pilates <i>Vervalt 6/8</i> |
| 19:30 - 20:15 | Indoor Power Cycling <i>Vervalt 20/8</i> |
| 20:00 - 20:45 | Zumba <i>Vervalt 20/8</i> |
| Aqualessen: | |
| 20:00 - 20:45 | Combi Aquavaria Pilates |
| Woensdag | |
| Fitness | 07:30 - 21:30 |
| Groepslessen: | |
| 09:00 - 09:45 | Tone <i>Vervalt 21/8</i> |
| 10:00 - 11:00 | BodyBalance <i>Vervalt 21/8 - 28/8 en 4/9</i> |
| 10:30 - 11:30 | Seniorencircuit |

| | |
|------------------|---|
| 19:00 - 20:15 | Hardloopgroep <i>Vervalt 7/8 - 21/8 en 28/8</i> |
| 19:30 - 20:15 | Steps <i>Vervalt 7/8</i> |
| 19:30 - 20:30 | Bootcamp <i>Vervalt 24/7 en 31/7</i> |
| 20:15 - 21:00 | Indoor Power Cycling <i>Vervalt 28/8</i> |
| 20:30 - 21:15 | BodyBalance <i>Vervalt 24/7 - 31/7 en 7/8</i> |
| Donderdag | |
| Fitness | 08:00 - 11:45 13:30 - 21:30 |
| Groepslessen: | |
| 08:30 - 09:30 | PowerFitWalk <i>Vervalt 15/8 - 22/8 en 29/8</i> |
| 18:30 - 19:15 | Tone <i>Vervalt 22/8</i> |
| 19:15 - 20:00 | Pilates <i>Vervalt 8/8</i> |
| 19:30 - 20:30 | Oldskool <i>Vervalt 22/8</i> |
| 20:00 - 20:50 | Indoor Power Cycling <i>Vervalt 22/8</i> |
| 20:15 - 21:00 | Jumping |
| Aqualessen: | |
| 08:45 - 09:30 | Combi AquaVaria Pilates <i>Vervalt 25/7 - 1/8 en 8/8</i> |
| 09:45 - 10:30 | AquaPilates <i>Wordt 25/7 - 1/8 en 8/8 Combi AquaVaria Pilates</i> |
| 19:45 - 20:30 | Combi AquaVaria Pilates <i>22/8 en 29/8 van 20:15 - 21:00</i> |
| Vrijdag | |
| Fitness | 07:00 - 21:30 |
| Groepslessen: | |
| 09:00 - 09:45 | Zumba <i>Vervalt 23/8</i> |
| 09:00 - 10:00 | PowerFitWalk (<i>Locatie Kiekenberg</i>) <i>Vervalt 16/8 - 23/8 en 30/8</i> |
| 09:00 - 10:15 | Hardloopgroep |
| 10:00 - 11:00 | BodyBalance |
| 19:00 - 20:00 | Bodypump |
| Zaterdag | |
| Fitness | 08:00 - 12:30 |
| Groepslessen: | |
| 09:00 - 09:45 | Indoor Power Cycling <i>Vervalt 24/8</i> |
| 10:10 - 11:00 | Oldskool <i>Vervalt 31/8</i> |
| Zondag | |
| Fitness | 08:00 - 12:30 <i>Vervalt 11/8 - 18/8 en 25/8</i> |