

TOTAL BODY WORKOUT



**VANAF 11 SEPTEMBER
TOT EIND JUNI 2024**



Sint-Niklaas
Oh zo verrassend

Praktische informatie

Total Body Workout

Vanaf 11 september tot eind juni 2024
Niet tijdens schoolvakanties en op feestdagen

Een intensieve groepstraining op muziek waarbij het accent ligt op versteviging en versterking van de spieren en het aanleren van een juiste lichaamshouding.

Sporthal De Witte Molen - Sint-Niklaas

Elke maandag van 20.30 tot 21.30 uur. (tot aan de kerstvakantie 2023)

Sporthal De Klavers - Belsele

Elke maandag van 14.45 tot 15.45 uur. (tot eind juni 2024)

Elke vrijdag van 9.30 tot 10.30 uur. (tot eind juni 2024)

Tarieven

1 Beurt: 3,5 EUR - 1,75 EUR met kansenpas - EDC

10-beurtenkaart: 30 EUR - 15 EUR met kansenpas - EDC

Ter plaatse inschrijven.



Sint-Niklaas
Oh zo verrassend