

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
07.00 uur Outdoor workout	09.00 uur Pilates Workout	09.00 uur Outdoor workout		08.45 uur Pilates Workout	08.00 uur Outdoor workout	
09.00 uur Pilates workout	10.00 uur Pilates Mat	08.00 uur Pilates Reformer	09.00 uur Pilates Reformer	09.45 uur Pilates Barre	09.00 uur Outdoor workout	09.30 uur bootcamp
10.00 uur Fascia Pilates		09.00 uur Pilates Reformer	10.00 uur Pilates Barre		09.00 uur Pound workout	10.00 uur Yogalates
		10.00 uur Pilates Circuit			10.00 uur Pilates Reformer	
18.00 uur Pilates Circuit		18.30 uur Pilates Workout		17.00 uur Pilates Circuit		
19.00 uur Pilates workout	19.00 uur Pilates Barre	19.30 uur Pilates Mat	18.45 uur Pilates Circuit			
20.00 uur Pilates Mat	20.00 uur Pilates Reformer	20.30 uur Yogalates	19.45 uur Pilates Mat			

Rooster vanaf oktober 2021

LET OP! Alle lessen duren maximaal 45 minuten. Vooraf aanmelden via app is verplicht!

De outdoor training op woensdag en de bootcamp op zondag bij Bisonveld, de andere buitenlessen in Park de Brink.



outdoor & mannen en vrouwen gemengd



Ladies only.