

Startuur	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO	REFORMER STUDIO
07:00			POWER REFORMER				
07:30							
08:00	CLASSICAL REFORMER	POWER REFORMER	POWER REFORMER		CLASSICAL REFORMER		
08:30							
09:00	POWER REFORMER	POWER REFORMER		CLASSICAL REFORMER	BOOTYFORMER		BOOTYFORMER
09:30							
10:00				CLASSICAL REFORMER			CLASSICAL REFORMER
10:30							
11:00							HATHA YOGA FLOW
11:30							
12:00							
18:00							
18:30	CLASSICAL REFORMER		START TO REFORM				
19:00							
19:30	BOOTYFORMER		START TO REFORM	CLASSICAL REFORMER	CLASSICAL REFORMER		
20:00							
20:30	CLASSICAL REFORMER			CLASSICAL REFORMER	CLASSICAL REFORMER		
21:00							

**Start to reform:** Introductieles waar de basis van een reformer les wordt uitgelegd

**Classical reformer:** Algemene toegankelijke reformer les

**Power reformer:** Reformer les met focus op kracht en uithouding

**Bootyformer:** Focus op de vorming van de benen en de billen

**TIP: Gebruik onze kiosk met onbeperkte access on demand!**

Kiosk reservatie enkel mogelijk op lesvrije momenten -  
Van beginner tot expert



Startuur	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
	STUDIO	STUDIO	STUDIO	STUDIO	STUDIO	STUDIO	STUDIO
07:30		YIN YOGA					
08:00		YIN YOGA					
08:30		ZUMBA	STRONGNATION	PILATES	YIN YOGA		
09:00	BOOTY (30min)	ZUMBA				BODYPUMP	SPINNING
09:30	BODYPUMP	SPINNING	MOBILITY (30 min)	ABS (30 min)			
10:00	BODYPUMP	SPINNING			ZUMBA	PILATES	ABS (30 min)
10:30	SPINNING			13:00 BODYPUMP	SPINNING		BODYPUMP
11:00	SPINNING					YIN YOGA	
11:30	FIGUUR TRAINING			14:00 PILATES	FIGUUR TRAINING		ZUMBA
12:00	FIGUUR TRAINING						
18:00				SPINNING			
18:30	BODYPUMP				ABS (30 min)		
19:00	BODYPUMP		FATBURNER	ABS (30 min)	PILATES		
19:30	PILATES	ZUMBA		BBB			
20:00	PILATES	ZUMBA	ABS (30 min)				
20:30	ZUMBA	BBB	SPINNING	ZUMBA			
21:00	ZUMBA	BBB	SPINNING	ZUMBA			
21:30							