

het SportPakhuis

sportlesrooster per 1 juni 2017

Maandag:

09:00 uur - Circuitfitness ♡♡
10:00 uur - Pilates ♡
11:00 uur - Core Training ♡♡
17:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
18:00 uur - Spinning ♡♡♡
19:00 uur - Shape-les ♡♡♡
19:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
20:00 uur - Pilates ♡♡
20:30 uur - Core Training ♡♡♡
21:00 uur - HanMuDo ♡
21:00 uur - Safe Training ♡

Dinsdag:

09:00 uur - Pilates ♡
10:00 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
10:00 uur - HanMuYeh (Koreaanse TaiChi) ♡
11:00 uur - Core Training ♡♡
17:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
18:45 uur - Pilates ♡
20:00 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
19:45 uur - Spinning ♡♡♡
20:30 uur - Core Training ♡♡
21:00 uur - Taekwondo (volw.) ♡♡

Woensdag:

09:00 uur - Ballance Shape ♡♡
09:30 uur - Circuitfitness ♡♡
10:30 uur - Core Training ♡♡
15:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
16:00 uur - Taekwondo (6 - 11) ♡♡
17:00 uur - Taekwondo (11+) ♡♡
19:00 uur - Pilates ♡
20:00 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
20:30 uur - Core Training ♡♡
21:00 uur - HanMuDo
21:00 uur - Safe Training ♡

Donderdag:

09:00 uur - Circuitfitness ♡♡
09:00 uur - Spinning ♡♡
10:00 uur - Pilates ♡
10:30 uur - Core Training ♡♡
17:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
18:30 uur - Taekwondo (meden 15-18jr)
19:30 uur - Vinyasa Flow Yoga ♡♡♡
19:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
20:30 uur - Core Training ♡♡
21:00 uur - Taekwondo (volw.) ♡♡

Vrijdag:

08:00 uur - Spinning ♡♡♡
09:30 uur - Fitness onder begeleiding ♡♡
10:30 uur - Core Training ♡♡
16:00 uur - Taekwondo (6 - 11) ♡♡
17:00 uur - Taekwondo (11+) ♡♡

Zaterdag:

09:00 uur - Jeugd HanMuDo (10+) ♡
09:00 uur - Spinning ♡♡♡
10:15 uur - Vinyasa Flow Yoga ♡♡♡
10:30 uur - Core Training ♡

Zondag:

10:00 uur - Powertraining ♡♡♡
11:00 uur - Yang Yoga ♡♡♡

♡ rustige les
♡♡ gemiddelde les
♡♡♡ intensieve les

het SportPakhuis

sportlesrooster per 1 juni 2017

Openingstijden:

maandag	08:00 – 13:30 & 15:30 – 22:00
dinsdag	08:00 – 13:30 & 15:30 – 22:00
woensdag	08:00 – 13:30 & 15:30 – 22:00
donderdag	08:00 – 13:30 & 15:30 – 22:00
vrijdag	08:00 – 13:30 & 15:30 – 19:00
zaterdag	08:00 – 14:00
zondag	08:00 – 14:00

Tarieven:

volwassenen en jeugd vanaf 13jr:

1 x per week sporten	€34 per maand	5 x per maand
2 x per week sporten	€39 per maand	9 x per maand
onbeperkt sporten	€44 per maand	

Jeugd: (6-12jr)

1 x per week sporten	€29 per maand
2 x per week sporten	€34 per maand
onbeperkt sporten	€39 per maand

10x kaart	€80
Losse les	€8,50

Startaanbieding: 1^e t/m 3^{de} maand
Onbeperkt sporten voor €34 per maand

Wist u dat het SportPakhuis ook gelegenheid biedt voor

- * Personal Training
- * Small Group begeleiding
- * Sportmassage
- * Afslankmassage (anti-cellulite)
- * Ontspanningsmassage