

ZWALUWHOEVE

VITALITEIT

Weekrooster daggasten vitaliteit (vanaf 1 september 2010)

Maandag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Dinsdag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Woensdag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Donderdag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Vrijdag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Zaterdag

09.30-10.45 : Hot-Yoga
(optioneel meedoen met vitaliteitsleden)

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga

Zondag

11.30-12.00 : Hot-Yoga
12.30-13.00 : Body & Mind Yoga
13.30-14.00 : TRX Training
14.30-15.00 : Meditatie
15.30-16.00 : Body & Mind Yoga
16.30-17.00 : Hot-Yoga
17.30-18.00 : Hot-Yoga



WELLNESSRESORT