

**VOORAF
INSCHRIJVEN
VERPLICHT**
inschrijven kan vanaf
25/03 om 7u00

SPORT JE FIT!

lessenreeksen sport je fit

START 15 april

Maandag

**Fitheidsgym
BBB**

18u45 - 19u45, sporthal Sint-Baafs-Vijve
20u00 - 21u00, dansstudio Ooigem

Start: 15/04/24 - Einde: 10/06/24**
Start: 15/04/24 - Einde: 10/06/24**

Dinsdag

Aquafitness

19u00 - 20u00, zwembad Wielsbeke
(15 minuten zwemmen, daarna 45 minuten les)

Start: 16/04/24 - Einde: 25/06/24

Donderdag

Mindful yoga

18u30 - 19u30, cultuurcentrum Wielsbeke

Start: 25/04/24 - Einde: 27/06/24*

Mindful yoga

19u30 - 20u30, cultuurcentrum Wielsbeke

Start: 25/04/24 - Einde: 27/06/24*

Keep fit

20u30 - 21u30, dansstudio Ooigem

Start: 18/04/24 - Einde: 27/06/24*

*Geen les op donderdag 9 mei

**Geen les op maandag 20 mei

AGB
Wielsbeke

Fitheidsgym: Oefeningen ter bevordering van de spiergroepen en algemene fitheid.

BBB: Spierversterkende oefeningen op muziek voor borst, buik en billen.

Aquafitness: Spierversterkende en conditionele oefeningen in het water op muziek.

Keep fit: Een workout voor het hele lichaam. Goed voor de conditie en de spieren.

Yoga: In de yogales streven we naar harmonie tussen lichaam en geest door middel van fysieke oefeningen en ademhalingstechnieken

Kostprijs

Aquafitness: € 55,00 voor 11 lessen

Keep fit: € 50,00 voor 10 lessen

Yoga: € 45,00 voor 9 lessen

BBB / fitheidsgym: € 40,00 voor 8 lessen

Inschrijving

vooraf inschrijven is verplicht, dit kan online via onderstaande link:
<https://inschrijvingen.wielsbeke.be/> (maximum 25 deelnemers)

Opgelet: om de lessenreeks te laten doorgaan moeten er minstens 10 personen ingeschreven zijn.

Sportdienst

Hernieuwenstraat 14 - 8710 Wielsbeke - Tel.: 056 67 32 50
sportdienst@wielsbeke.be - www.wielsbeke.be

UIT **PAS**
ZUIDWEST



**VOORAF
INSCHRIJVEN
VERPLICHT**
inschrijven kan vanaf
25/03 om 7u00

SPORT JE FIT!

lessenreeksen sport je fit

START 15 april

Maandag

Fitheidsgym
BBB

18u45 - 19u45, sporthal Sint-Baafs-Vijve
20u00 - 21u00, dansstudio Ooigem

Start: 15/04/24 - Einde: 10/06/24**
Start: 15/04/24 - Einde: 10/06/24**

Dinsdag

Aquafitness

19u00 - 20u00, zwembad Wielsbeke
(15 minuten zwemmen, daarna 45 minuten les)

Start: 16/04/24 - Einde: 25/06/24

Donderdag

Mindful yoga

18u30 - 19u30, cultuurcentrum Wielsbeke

Start: 25/04/24 - Einde: 27/06/24*

Mindful yoga

19u30 - 20u30, cultuurcentrum Wielsbeke

Start: 25/04/24 - Einde: 27/06/24*

Keep fit

20u30 - 21u30, dansstudio Ooigem

Start: 18/04/24 - Einde: 27/06/24*

*Geen les op donderdag 9 mei

**Geen les op maandag 20 mei

AGB
Wielsbeke

Fitheidsgym: Oefeningen ter bevordering van de spiergroepen en algemene fitheid.

BBB: Spierversterkende oefeningen op muziek voor borst, buik en billen.

Aquafitness: Spierversterkende en conditionele oefeningen in het water op muziek.

Keep fit: Een workout voor het hele lichaam. Goed voor de conditie en de spieren.

Yoga: In de yogales streven we naar harmonie tussen lichaam en geest door middel van fysieke oefeningen en ademhalingstechnieken

Kostprijs

Aquafitness: € 55,00 voor 11 lessen

Keep fit: € 50,00 voor 10 lessen

Yoga: € 45,00 voor 9 lessen

BBB / fitheidsgym: € 40,00 voor 8 lessen

Inschrijving

vooraf inschrijven is verplicht, dit kan online via onderstaande link:
<https://inschrijvingen.wielsbeke.be/> (maximum 25 deelnemers)

Opgelet: om de lessenreeks te laten doorgaan moeten er minstens 10 personen ingeschreven zijn.

Sportdienst

Hernieuwenstraat 14 - 8710 Wielsbeke - Tel.: 056 67 32 50
sportdienst@wielsbeke.be - www.wielsbeke.be

UIT **PAS**
ZUIDWEST

