

Maandag

09:30 – 10:45 Hatha Yoga voor 55+
11:15 – 12:15 Stoelyoga

18:45 – 19:45 Pilates I (beginners)
19:45 – 20:45 Power Pilates/Bodysculpting

Dinsdag

19:10 – 20:25 Yogaflow
20:30 – 21:30 Pilates I (beginners)

Woensdag

09:00 – 10:00 Pilates I (beginners/laagdrempelig)

18:55 – 20:10 Hatha Yoga
20:15 – 21:30 Hatha Yoga

Donderdag

09:00 – 10:00 Pilates I (beginners)

18:00 – 19:00 Pilates I (beginners)
19:10 – 20:25 Hatha Yoga

Vrijdag

09:00 – 10:15 Yin Yoga

Zaterdag

09:00 – 10:00 Pilates II (gevorderden) – zomertijd
09:30 – 10:30 Pilates II (gevorderden) – wintertijd

Zondag

09:30 – 10:45 Yin Yoga