

# BODY & mind 2024

*maandag*

10.00

PILATES

20.00

YOGA \*

20.30

LES MILLS SHAPES

*dinsdag*

09.00

HATHA YOGA

20.30

POWER YOGA

19.00

LES MILLS SHAPES

*donderdag*

09.00

PILATES

20.15

LES MILLS SHAPES

*vrijdag*

09.00

YOGA \*

*zaterdag*

09.00

LES MILLS SHAPES

*Let op: in de even weken wordt Yin Yoga gegeven  
en in de oneven weken Easy Flow Yoga.*