

Bodymix najaar 2019.

Na een pauze van een jaar om een flinke zoon op de wereld te zetten staat Eline weer te popelen om het beste van zichzelf te geven tijdens de wekelijkse les "bodymix".

Bodymix is een groepsles op muziek waarbij een mix van alle groepstrainingen wordt aangeboden. Er wordt tijdens de workout begonnen met conditietraining en aerobics, waarna spierversterkende oefeningen worden gegeven. Natuurlijk worden ook de buikspieren niet vergeten. Voor iedereen die van variatie houdt is dit een ideale les om uw lichaam en geest een fit gevoel te geven. Eline heeft weer heel wat pittige lessen voor jullie in petto.

Prijs 45€ voor eerste trimester

Schrijf in voor 26/9 en ontvang 10 € korting

Waar: danszaal sporthal Duineneind ,Kasterlee

Wanneer: woensdag van 19:30 tot 20:30 uur

Eerste les 11 september

Je kan ter plaatse inschrijven na de les

Meer info : Renild Van Laer, 014 85 16 19, renildvanlaer@hotmail.com

Je kan geheel vrijblijvend deelnemen aan een gratis kennismakingsles

