

Bodymix voorjaar 2020

De lessen bodymix waren dit najaar een overdonderend succes. En ook in 2020 heeft Eline weer heel wat pittige lessen voor jullie in petto.

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

Prijs 55€ voor de lessen tot 17 juni.

Schrijf je in in januari dan ontvang 10 € korting

Waar: danszaal sporthal Duineneind ,Kasterlee

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

Eerste les woensdag 8 januari

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

