**Bodymix najaar 2022**

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 spierverstevigende 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 weer heel wat pittige lessen voor jullie in petto.

***Prijs 55€ voor de lessen van de eerste trimester***

***Schrijf je in in september dan ontvang 10 € korting.***

***Indien je inschrift voor 2 verschillende sporten uit het Femma Kasterlee sportaanbod ontvang je 10 € extra korting* voor de tweede sport.**

***Waar: in de danszaal van het Duineneind (Duineneind 15- Kasterlee)***

***Wanneer: dinsdag van 20 tot 21 uur***

***Eerste les dinsdag 13 september***

***Je kan ter plaatse inschrijven na de les***

***Meer info: Renild Van Laer, 014 85 16 19,***[***renildvanlaer@hotmail.com***](mailto:renildvanlaer@hotmail.com)

***Je kan geheel vrijblijvend deelnemen aan een gratis kennismkingsles***