**Fat burn step.**

Combineer verschillende stepbewegingen op het ritme van een meeslepende muziek en verbrand massa’s calorieën! Door de afwisselende intensiteit waarbij men vooral traint op het vetverbrandingsniveau wordt de conditie aangescherpt / opgebouwd en worden de spieren verstevigd.



***donderdag***

***19:00 tot 20:00 uur: Fat burn Step in de sporthal van het SMIK (start 14/9)***

**donderdag 21 september is er uitzonderlijk geen les**

***Prijs voor de lessen fat burn step is € 55 voor het eerste trimester.***

***Betaal je in september, dan krijg je € 10 korting.***

***Bovendien krijg je € 10 extra korting voor de tweede sport indien je dit najaar inschrijft voor twee verschillende sporten.***

***Je kan ter plaatse inschrijven voor de les.***

***Je kan geheel vrijblijvend deelnemen aan een gratis kennismakingsles.***

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