

YA SPORT

SPORTSCHOOL

GROEPSLESSEN

MAANDAG

15.15 - 16.10	uur	Streetdance (6-8 jaar)
16.10 - 17.05	uur	Streetdance (9-12 jaar)
17.05 - 18.00	uur	Streetdance 13+
18.15 - 19.00	uur	Spinning
19.00 - 19.45	uur	BBB (Benen-billen-buik)
19.45 - 20.00	uur	Buikspierkwartier
20.00 - 21.00	uur	Body fitness (pump)

DINSDAG

09.00 - 10.00	uur	Combinatics
10.00 - 11.00	uur	Pilates/Yoga
18.30 - 19.00	uur	Bootcamp
19.00 - 20.00	uur	BBB (Benen-billen-buik)
20.00 - 21.00	uur	Kickboksen

WOENSDAG

09.00 - 11.00	uur	Folklore dansgroep
11.30 - 12.30	uur	Jumping Fitness (2x30 minuten)
18.15 - 19.00	uur	Spinning
19.00 - 20.00	uur	Body Fitness (Pump)
20.00 - 21.00	uur	Body Dance

DONDERDAG

09.00 - 10.00	uur	Steps
18.30 - 19.30	uur	Jumping Fitness (2x30 minuten)
19.30 - 20.30	uur	Pilates/Yoga

VRIJDAG

09.00 - 10.00	uur	Workout Full body
10.00 - 11.00	uur	Jumping Fitness (2x30 minuten)
18.30 - 19.30	uur	BBB (Benen-billen-buik)
19.30 - 20.30	uur	Spinning (elke 2e en 4e van de maand)

ZONDAG

11.00 - 12.00	uur	Jumping Fitness (2x30 minuten)
---------------	-----	--------------------------------

Buiten alle groepslessen zijn alle lessen virtueel mogelijk

OPENINGSTIJDEN

MAANDAG - WOENSDAG

08.00 - 21.30 uur

DONDERDAG - VRIJDAG

09.00 - 21.00 uur

ZATERDAG

09.00 - 12.00 uur

ZONDAG

11.00 - 14.00 uur

Elke dinsdag, donderdag en vrijdag van 9.00 - 11.00 uur is er kinderopvang aanwezig

YA SPORT

Sibculoseweg 26A, 7676 PC Westerhaar-Vriezeveensewijk

T 06 36 544 613

E info@yasportschool.nl I www.yasportschool.nl

**OMDAT
IK SPORT**
YASPORTSCHOOL.NL