



## UURROOSTER - 2021-2022

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
<b>KIDS</b> (1-3e leerjaar)			16:30			9:00	11:30
<b>ROECKIES</b> (4-6e leerjaar)				16:30		10:15	10:15
<b>TEENS</b> (1-4e middelbaar)		16:30				11:30	
<b>ADULTS</b> (vanaf 16 jaar)	17:45 19:00	06:15 17:45 19:00 20:30	09:00 17:45 19:00 20:30	06:15 09:00 17:45 19:00	17:45 19:00	09:00 10:15	10:00 11:15
<b>55+</b>		9:00					
<b>MOBILITY STRETCH</b> (Vanaf 16 jaar)	20:30						
<b>BODY BEATS</b> (Vanaf 16 jaar)				20:30			

MAXIMUM 12 DEELNEMERS PER TRAINING

KIDS / ROECKIES = Combinatie van kracht- en conditietraining, aangevuld met multisport spelvormen.  
 TEENS = Kracht- en conditietraining op maat van tieners.  
 ADULTS = Functional training voor volwassenen.  
 55+ = Functional training op maat van 55-plussers.  
 MOBILITY STRETCH = No-nonsens basis stretching voor fysieke werkers en bureauzitters.  
 BODY BEATS = Ritmische work-out op muziek.

### INSCHRIJVEN VANAF 1 AUGUSTUS 2021

KIDS / ROECKIES --> Via mail of ter plaatse. Betaling **semester- of jaarkaart** via overschrijving of bancontact.  
 ALLE ANDERE TRAININGEN --> Via [studiosantee.sportbitappl.nl](mailto:studiosantee.sportbitappl.nl) . Aanmelden vanaf 4 weken op voorhand. Betaling **beurtenkaart of abonnement** enkel online.  
 Vragen ? Niet twijfelen! [hallo@studiosantee.be](mailto:hallo@studiosantee.be) of +32 479 59 00 42 (Nele) of +32 472 01 05 15 (Tim)