



Fitness | Aerobics | Spinning | Sportklimmen | Fysiotherapie | Yoga | Sauna | Zonnebank
 Testen en metingen | Advies en begeleiding bij revalidatie | Voedingsadvies | Health Kitchen

Warren's Sportinstituut B.V.
 Martin Luther Kinglaan 7
 3223 GG Hellevoetsluis
 Tel 0181 318847 / Fax 0181 319583
 www.warren.nl / info@warren.nl

The Zenzone lesrooster

01 oktober t/m 31 oktober 2017

Maandag			
The Zenzone			
09.30 - 10.40	Yin Yoga	Sandra	70 minuten
19.00 - 20.00	Vinyasa Flow Yoga	Ingrid	
20.15 - 21.15	Yin Yang Yoga	Ingrid	
Dinsdag			
The Zenzone			
09.00 - 10.00	Zachte Hatha Yoga (rustige les)	Lia	
19.00 - 20.00	Power Yoga	Ingrid	
20.15 - 21.30	Aerial Yoga**	Cursus start bij voldoende inschrijvingen	
Woensdag			
The Zenzone			
09.30 - 10.40	Yin Yoga	Seline	70 minuten
19.00 - 20.10	Vinyasa Flow Yoga	Seline	70 minuten
20.30 - 21.40	Yin Yoga	Seline	70 minuten
Donderdag			
The Zenzone			
19.00 - 20.00	Zachte Hatha Yoga (rustige les)	Lia	
20.15 - 21.15	Mindful Yoga	Lia	
Vrijdag			
The Zenzone			
07.45 - 08.45	The Zenmen	Dorly	
09.00 - 10.00	Hatha Yoga	Dorly	
19.00 - 20.00	Nidra Yoga	Sandra	
20.15 - 21.15	Zwangerschaps Yoga	Sandra	Yoga-Mula
Zaterdag			
The Zenzone			
Zondag			
The Zenzone			
09.00 - 10.00	Power Yoga	Alinda	

* Deze lessen zijn laag in bezetting en kunnen van het rooster af gaan!

** Lessen in cursusverband zijn niet inbegrepen in het abonnement.

Alle lessen met een groene bedrijfsnaam erachter zijn niet inbegrepen in het abonnement!