



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 Februari t/m 28 Februari 2018

| | | | |
|----------------------|---------------------------------|--------------|-----------------------|
| 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 | |
| 13.15 - 14.30 | Hatha Yoga | Debby | 75 minuten |
| 19.00 - 20.00 | Power Yoga | Ingrid | |
| 20.15 - 21.30 | Aerial Yoga | Ingrid | |
| Woensdag | | | |
| The Zenzone | | | |
| 09.30 - 10.40 | Yin Yoga | Seline | 70 minuten |
| 19.00 - 20.10 | Vinyasa Flow Yoga | Seline | |
| 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 | 11-01 geen les |
| Vrijdag | | | |
| The Zenzone | | | |
| 07.00 - 08.00 | The Zenmen | Dorly | |
| 08.45 - 09.45 | Hatha Yoga | Dorly | vanaf 08-01 |
| 19.00 - 20.00 | Nidra Yoga | Sandra | |
| 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!