

# DOLCEzen CLUB

LUNDI MONDAY - MAANDAG	MARDI TUESDAY - DINSDAG	MERCREDI WEDNESDAY - WOENSDAG	JEUDI THURSDAY - DONDERDAG	VENDREDI FRIDAY - VRIJDAG
<p>10:30 -12:00</p> <p><b>Expérience en Forêt</b> Shirin Yoku ou Nordic Walk*</p>	<p>11:00-12:00</p> <p><b>AQUAGYM</b> Patricia</p>	<p>11:00-12:00</p> <p><b>AQUAGYM</b> Délis</p>	<p>10:30-11:30</p> <p><b>YOGA</b> Sylvie</p>	<p>10:00-11:00</p> <p><b>PILATES</b> Isabelle</p> <p>11:00-12:00</p> <p><b>AQUAGYM</b> Isabelle</p>
<p>14:30-15:30</p> <p><b>AQUAGYM</b> Délis</p>			<p>14:00-15:00</p> <p><b>AQUAGYM</b> Olivier</p>	
<p>18:30-19:30</p> <p><b>HIIT</b> Laurie</p>	<p>18:00 - 19:00</p> <p><b>CARDIOBOXING</b> Laurie</p> <p>19:00 - 20:00</p> <p><b>YOGA</b> Sylvie</p>			

Horaires valables à partir du **14/11/2022**  
Schedule valid as from / Lessenrooster geldig vanaf

jusqu'au **23/12/2022**  
until / tot en met

L'accès aux cours est possible sur réservation via l'application pour les membres du Dolce Zen Club ou par email à cinq.mondes@dolcelahulpe.com pour les non-membres.

Access to the courses is only possible by reservation via the app for Dolce Zen Club members or at cinq.mondes@dolcelahulpe.com for non-members. Toegang tot de lessen is alleen mogelijk na reservering via de app voor leden van Dolce Zen Club of naar cinq.mondes@dolcelahulpe.com voor niet-leden.

\*SHIRIN YOKU: 7 - 21 et 28/11 - 12/12 - NORDIC WALK: 14/11 - 5 et 19/12

DOLCELAHULPE.COM