





DOLCEzen CLUB

				
LUNDI MONDAY - MAANDAG	MARDI TUESDAY - DINSDAG	MERCREDI WEDNESDAY - WOENSDAG	JEUDI THURSDAY - DONDERDAG	VENDREDI FRIDAY - VRIJDAG
10:30 -12:00 Expérience en Forêt	11:00-12:00 AQUAGYM Patricia	11:00-12:00 AQUAGYM Délis	10:30-11:30 YOGA Sylvie	10:00-11:00 PILATES Isabelle
Shirin Yoku ou Nordic Walk*				11:00-12:00 AQUAGYM Isabelle
14:00-15:00 AQUAGYM Délis			13:00-14:00 ABDOS Autrement Julien	14:00-15:30 NORDIC WALK Isabelle
18:30-19:30 HIIT Laurie	18:00 - 19:00 CARDIOBOXING Laurie	18:45-19:45 RUN & TRAIN Catherine	17:45-18:45 CYCLING Délis	
	19:00 - 20:00 YOGA Sylvie			

Horaires valables à partir du **03/10/2022**
Schedule valid as from / Lessenrooster geldig vanaf

jusqu'au **21/10/2022**
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 lessens 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: 19/09 -10/10 - 17/10 - NORDIC WALK: 5/09 - 26/09 - 3/10

DOLCELAHULPE.COM

maj 1/10/22