

DOLCEzen CLUB

LUNDI MONDAY - MAANDAG	MARDI TUESDAY - DINSDAG	MERCREDI WEDNESDAY - WOENSDAG	JEUDI THURSDAY - DONDERDAG	VENDREDI FRIDAY - VRIJDAG
8:00 - 9:00		8:00 - 9:00		
AQUAPOWER Sylvie		BODY POWER Délis		
10:30 - 12:00		11:00-12:00	10:30-11:30	10:00-11:00
Expérience en Forêt Shinrin Yoku ou Nordic Walk*	AQUAGYM Patricia	AQUAGYM Délis	YOGA Sylvie	PILATES Isabelle
14:00-15:00			13:00-14:00	11:00-12:00
AQUAGYM Délis			ABDOS Autrement Julien	AQUAGYM Isabelle
	18:00 - 19:00		17:45-18:45	14:00-15:30
18:30-19:30	CARDIOBOXING Laurie	18:45-19:45	CYCLING Délis	NORDIC WALK Isabelle
HIIT Laurie	19:00 - 20:00	RUN & TRAIN Catherine		
	YOGA Sylvie			

Horaire valable à partir du **05/09/2022**
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.

*SHINRIN YOKU: 19/09 - 10/10 - 17/10 - NORDIC WALK: 5/09 - 26/09 - 3/10

DOLCELAHULPE.COM