

GET FIT NOW @ THE FITLOFT

*FIT CONCEPT = SPORTEN ZONDER ABONNEMENT

FIT
walk

MAANDAG 12u45 Actieve wandeling

FIT
calap

DINSDAG 18u45 Intensieve conditie- en krachtraining

FIT
step

DINSDAG 19u45 Fysieke oefeningen op muziek in combinatie met opstapbankje

FIT
run

DINSDAG 19u45 Looptraining buiten

FIT
club

WOENSDAG 10u15
DONDERDAG 19u45
ZATERDAG 10u15
Spier- & conditioefeningen die afhankelijk van het weer binnen en/of buiten worden gegeven

FIT
yoga

DONDERDAG 20u45 Een training waar je werkt aan lichaam en geest



DANCE NOW @ THE FITLOFT

WAAG JE KANS EN DANS

SOLODANS

SOLODANS KIDS 2E 3E KLEUTER

Kids Dance zaterdag 13u00

SOLODANS KIDS 1E, 2E, 3E LJR

Junior Dance Beg zaterdag 14u00
Junior Dance Gev. zaterdag 15u00

SOLODANS KIDS 4E, 5E, 6E LJR

Clip Dance Beg woensdag 17u00
Clip Dance Gev. woensdag 18u00
Teen Dance zaterdag 16u00

SOLODANS VOLWASSENEN

Fun Dance woensdag 19u00
Hip Hop Adv woensdag 20u00

PARTNERDANS

PARTNERDANS BEGINNERS VANAF 6 OKTOBER

Rock Swing Boogie
vrijdag 19u en/of zaterdag 20u

Latin & Ballroom (cha cha, rumba, tango, wals...)
vrijdag 20u en/of zaterdag 19u

KORTE CURSUS 3 LESSEN • TOEGANKELIJK VOOR IEDEREEN!

Slow cursus
zaterdag 18u00 11-18-25 november
Salsa, merengue & bachata
zaterdag 17u00 11-18-25 november

