



# SUPERSTRETCH

STERK • SOEPEL • SLANK

## LESROOSTER *STUDIO & BUITEN*

### *STUDIO @ Sportcentrum de Lunet*

#### **Woensdag**

8.45 - 9.45 uur

Essentrics

#### **Woensdag**

20.30 - 21.30 uur

Essentrics

#### **Zaterdag**

8.45 - 9.45 uur

Essentrics

### *BUITEN @ Naarderbos*

#### **Vrijdag**

9 - 10 uur

Kracht / Conditie / Stretch

#### **Zondag**

9 - 10 uur

Kracht / Conditie / Stretch