



**Rooster vanaf 1 juli**  
**Deels buiten / binnensporten**

*Let op: de studio is gesloten van 1 t/m 14aug.*

<b>Maandag</b>	9:00	Spin & Pilates	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
	10:15	Circuit Mild	Beweegstudio Leef!
	18:30	Core Power Circuit	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
	19:30	Spinning	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
<b>Dinsdag</b>	9:00	Pilates	Beweegstudio Leef!
	19:15	Pilates	Beweegstudio Leef!
	20:30	Core Power Circuit	Beweegstudio Leef!
<b>Woensdag</b>	9:00	Spinning buiten!	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
<b>Woensdag</b>	10:15	Easy Yoga	Beweegstudio Leef!
<b>Woensdag</b>	19.15	Easy Flow Yoga	Beweegstudio Leef!
<b>Woensdag</b>	20:30	Core Power Circuit	Beweegstudio Leef!
<b>Donderdag</b>	9:00	Spin & pilates	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
	19:30	Spin & pilates	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal
<b>Vrijdag</b>	9:00	Core Power Circuit	Molenakkerpark
	10:15	Pilates	Beweegstudio Leef!
<b>Zaterdag</b>	9:30	Easy Flow Yoga	Molenakkerpark
<b>Zondag</b>	9:30	Spinning buiten!	Edisonlaan 7, Broods Fijnmetaal

Vanaf 1 juli mogen we weer binnen sporten.

Maar.... op veler verzoek blijft het ook mogelijk om buiten te sporten.

Heb je dat nog niet ervaren? Het is de moeite waard om te proberen!

In verband met de intensiteit van spinning, blijven we uit veiligheidsoverwegingen voorlopig buiten!

We nemen de corona-richtlijnen in acht:

- Voor de les handen wassen/ handen met handgel ontsmetten.
- Bij Spinning: Voor de les je stuur poetsen.
- Kom tijdens de les niet aan je gezicht.
- Gebruik je handdoek over het stuur / op de mat
- Bij Spinning: Na de les je stuur poetsen.
- Tot slot handen ontsmetten met handgel.

**Bij verkoudheid, koorts of benauwdheid...blijf dan thuis.**

*Leef je  
uit!  
& Stay safe...*