



SEIZOEN SEPT '26-AUG '27

StUDIO SAnTEE (Heistraat 107)

StUDIO nAMASTEE (Zwijgershoek 15)

Maandag

NEW

6:15 Functional Adults
9:00 Functional Adults
10:15 Optie zelfstandig trainen
16:30 Functional Adults
17:45 Functional Adults
19:00 Functional Adults
20:30 Mobility Stretch

9:00 Gentle Yoga
10:30 Stoelyoga

19:00 Vinyasa Yoga (Dynamic)
20:30 Gentle Yoga

Dinsdag

NEW

NEW

NEW

6:15 Functional Adults
9:00 Functional 55+
10:15 Optie zelfstandig trainen
16:30 Optie zelfstandig trainen
17:45 Herox/Sherox
19:00 Functional Adults
20:30 Functional Adults

6:15 Ashtanga Yoga
9:00 Vinyasa Yoga

17:30 Barre Workout
19:00 Pilates

20:30 Vinyasa Yoga

Woensdag

NEW

NEW

6:15 Functional Adults
9:00 Functional Adults
10:15 Functional Core
10:15 Optie zelfstandig trainen
17:45 Functional Adults
19:00 Functional Adults
20:30 Mobility Circuit

9:00 Gentle Yoga
10:30 Stoelyoga

19:00 Vinyasa Yoga
20:30 Yin Yoga

Donderdag

NEW

NEW

6:15 Functional Adults
9:00 Functional 55+
10:15 Optie zelfstandig trainen
16:30 Functional Teens
17:45 Functional Adults
19:00 Herox/Sherox
20:30 Zumba

6:15 Ashtanga Yoga
9:00 Vinyasa Yoga

17:30 Pilates
19:00 Vinyasa Yoga
20:30 Gentle Yoga

Vrijdag

NEW

6:15 Functional Adults
9:00 Functional Adults
10:15 Optie zelfstandig trainen
16:30 Functional Adults
17:45 Functional Adults

9:00 Yin Yoga
10:30 Pilates

Zaterdag

NEW

9:00 Functional Adults
9:00 Multisport Kids
10:15 Functional Adults
10:15 Multisport Roeckies
11:30 Functional Teens

8:45 Ashtanga - Half Primary (1:30)
10:30 Pilates

Zondag

NEW

8:45 Functional Adults
10:00 Functional Adults
10:15 Multisport Roeckies (onder voorbehoud sluiten kids aan)
11:15 Functional Adults
11:30 Multisport Kids (onder voorbehoud)

Zondag roulement:
9:00 Restorative / Barre (2-wekelijks) / workshop of gastsessie
10:30 Yin Yoga

Welkom!

* Eerste proefles gratis *

Ad hoc aanpassingen aan het rooster via studiosantee.sportbitapp.nl.
Alle lessen zijn geschikt voor alle niveaus, tenzij anders vermeld in het rooster.

Trainingen en lessen gaan door vanaf 5 deelnemers.

Aanmelden via het Sportbit portaal of app vanaf 2 weken vooraf en kosteloos afmelden tot 12u op voorhand.

Volwassenen en tieners via ritlenkaarten of abonnementen. Wel trainingen in de vakanties of feestdagen.

Kids & Roeckies via jaar- of semesterkaart. Geen trainingen in de vakanties of op feestdagen. Zie kalender.