

# JOUW SPORTWEEK

*Fit rooster najaar '26*

KEIZERSTRAAT 2  
1740  
TERNAT 

FLÖW

## ***Maandag***

**19U30**  
POWER

**20U30**  
JUMP

## ***Dinsdag***

**10U00**  
FIT PILATES

**19U30**  
PUMP & JUMP

**20U30**  
PILATES

## ***Woensdag***

**19U30**  
POWER BBB

**19U30**  
YOGALATES

**20U30**  
PUMP & JUMP

## ***Donderdag***

**14U15**  
FULL BODY

**19U30**  
PILATES

**20U30**  
STEP

## ***Vrijdag***

**9U30**  
SLOW  
PILATES

GEEN  
AVONDLESSEN

## ***Zondag***

**10U00**  
EASY PILATES

**11U00**  
HYROX

**11U00**  
START2JUMP

**POP-UP**

LET OP! JUMP LESSEN → RESERVEREN VERPLICHT  
ANDERE SPORTLESSEN → RESERVEREN AAN TE RADEN

**FLÖW**

[WWW.DANSSTUDIOFLOW.BE](http://WWW.DANSSTUDIOFLOW.BE)

**RESERVEER  
JOUW PLEK!**

