

Unique Therapie rooster

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
9.00		Tabata & Breath	Rugfit ¾	DPW	Step & Breath
9.45			Funxtion ¾		
10.00		Relaxercise			Tabata & Breath
13.30	Ouderen Circuit		Ouderen Circuit		
18.30	Rugfit ¾		Funxtion ¾	Rugfit ¾	
19.15	DPW		Step & Breath	Tabata & Breath	

Behoudens mogelijke wijzigingen zal vanaf 1 maart 2021 bovenstaand lesrooster worden gegeven door Iñez Plaatsman en/of Piet Vet

Tussen de lessen zal ongeveer 5 minuten worden genomen om van groep te kunnen wisselen en daarmee de (voorlopig noodzakelijke) 1 ½ meter afstand worden bewaard

Het is in eerste instantie de bedoeling dat u in de ontvangstruimte van de Groene Bark plaatsneemt. Dit zodat er niet te veel mensen tegelijk aanwezig zijn in de gang.

Dit geldt zolang de verschillende Coronamaatregelen van kracht zijn.

In de gang is het de bedoeling dat u een mondkapje draagt

In de les mag het mondkapje af.