

# KWARTAAL WORKSHOPS

Q4-2021

**LES MILLS**

PROGRAMMA 27 NOVEMBER 2021 - ONLINE

## STUDIO 20

## STUDIO 24

09.00	<b>SH'BAM</b> <sup>45</sup> 08.30 - 09.35	<b>LES MILLS TONE</b> <sup>15</sup> 08.30 - 09.35
10.00	<b>BODYCOMBAT</b> <sup>89</sup> 09.50 - 11.10	<b>BODYSTEP</b> <sup>125</sup> 09.50 - 11.10
11.00		
12.00	<b>LES MILLS GRIT</b> <sup>38</sup> 11.25 - 12.15	<b>RPM</b> <sup>92</sup> 11.25 - 12.30
13.00	<b>BODYPUMP</b> <sup>119</sup> 12.35 - 13.55	<b>BODYJAM</b> <sup>98</sup> 12.45 - 14.05
14.00		
15.00	<b>BODYATTACK</b> <sup>114</sup> 14.10 - 15.30	<b>LES MILLS BARRE</b> <sup>16</sup> 14.20 - 15.10
16.00	<b>BODYBALANCE</b> <sup>94</sup> 15.45 - 17.05	<b>LES MILLS SPRINT</b> <sup>25</sup> 15.25 - 16.15
17.00		
18.00	<b>LES MILLS CORE</b> <sup>44</sup> 17.20 - 18.10	

IEDER PROGRAMMA TIJDENS DE ONLINE KWARTAALWORKSHOP Q4 BESTAAT UIT EEN WORKSHOP MET AANSLUITEND DE MASTERCLASS.