

## TIJDELIJK WEEKOVERZICHT VANAF 19 OKTOBER

### *Temporary weekly program from 19 October*

#### **Maandag/Monday**

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 12u00 – 14u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 17u30 – 18u30: Cross Workout
  - 18u30 – 19u30: Cross Workout
  - 19u30 – 20u30: BBB
  - 20u30 – 21u30: BBB
  
2. Sporthal KdG Campus Zuid
  - 18u00 – 19u00: Yoga beginners/novice (ook livestream)
  - 19u00 – 20u00: Hip Hop Workout
  - 20u00 – 21u00: Modern Workout
  - 21u00 – 22u00: Pilates (ook livestream)
  
3. Wilrijkse Pleinen
  - 20u00 – 22u00: Rugby all levels
  - ASL voetbal/soccer
  
4. Zwembad Veldstraat
  - 20u30 – 22u00: vrij zwemmen/swimming
  - 20u30 – 22u00: Start2Swim

#### **Dinsdag/Tuesday**

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 12u00 – 14u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 17u00 – 22u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 18u00 – 19u00: Start2Run
  - 19u00 – 20u00: Loopclub/running club
  - 20u00 – 22u00: Tennisveld reserveren/tennis
  
2. Sporthal KdG Campus Zuid
  - 18u00 – 19u00: Zumba
  - 19u00 – 20u00: BBB (ook livestream)
  - 20u00 – 21u00: BBB
  - 21u00 – 22u00: Abs&Core
  
3. Sporthal UAntwerpen Campus Middelheim

- 19u00 – 20u00: Piloxing

## Woensdag/Wednesday

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 12u00 – 18u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 14u00 – 18u00: Tennisveld reserveren/tennis
  - 18u00 – 19u00: Abs&Core
  - 19u00 – 20u00: Abs&Core
  - 20u00 – 21u00: Fatburner
  - 21u00 – 22u00: Fatburner
2. Sporthal KdG Campus Zuid:
  - 18u00 – 19u00: nog te bevestigen/TBA
  - 19u00 – 20u00: nog te bevestigen/TBA
  - 20u00 – 21u00: HIIT
  - 21u00 – 22u00: nog te bevestigen/TBA
3. Wilrijkse Pleinen
  - 20u00 – 21u00: Rugby gevorderden/advanced

## Donderdag/Thursday

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 12u00 – 14u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 13u00 – 13u30: HIIT
  - 18u00 – 19u00: Parkour
  - 19u00 – 20u00: Zumba
  - 20u00 – 21u00: Zumba
  - 21u00 – 22u00: Yoga
2. Sporthal KdG Campus Zuid
  - 18u00 – 19u00: Sweatsculpt
  - 19u00 – 20u00: Cross Workout
  - 20u00 – 22u00: Badminton
3. Sporthal UAntwerpen Campus Drie Eiken
  - 18u30 – 20u30: Badminton

## **Vrijdag/Friday**

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 18u00 – 19u00: Piloxing
  - 19u00 – 22u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 19u00 – 22u00: Tennisveld reserveren/tennis

## **Zaterdag/Saturday**

1. Sporthal UAntwerpen Stadscampus
  - 13u00 – 17u00: Badmintonveld reserveren/badminton
  - 13u00 – 17u00: Tennisveld reserveren/tennis