

Body & Mind Weken 2022*

*wijzigingen voorbehouden

zondag 16-okt 10.00 - 14.00	Tennistoernooi	Tennisbanen	Maikel
maandag 17-okt 15.30 - 16.30	Relaunch: On the Move BBB	Grote Zaal	Ellen
dinsdag 18-okt 17.30 - 18.30 19.30 - 20.30	Step it up Let's talk about Food	Grote Zaal Vergaderruimte	Nina Janine
woensdag 19-okt 10.30 - 12.00	Van spanning naar levenskracht	Vergaderruimte	Mind Vitality
donderdag 20-okt 12.30 - 14.00 16.30 - 17.30	Reis door de chakra's Hatha Yoga	Grote Zaal Grote Zaal	Alice Nina
vrijdag 21-okt 12.30 - 13.30	Pilates Yoga Fushion	Grote Zaal	Nina
zaterdag 22-okt 13.30 - 14.30	Boksclinic	Grote Zaal	Robert
maandag 24-okt 15.30 - 16.30	Relaunch: On the Move BBB	Grote Zaal	Ellen
dinsdag 25-okt 11.30 - 12.30 13.00 - 14.00 19.30 - 20.30	Azzurro Duurzaam Gastvrij Energy from Food Grenzeloos het Zoutpad lopen	Lounge Vergaderruimte Vergaderruimte	Harry Marget Wendy
woensdag 26-okt 18.00 - 20.00	ELASKO Workshop Stretch	Stretch Area Fitnessruimte	Sonja
donderdag 27-okt 19.30 - 20.30 15.00 - 17.00 18.00 - 20.00	Body, Mind & Bacterie ELASKO Workshop Stretch ELASKO Workshop Stretch	Lounge Stretch Area Fitnessruimte Stretch Area Fitnessruimte	Omega10 Sonja Sonja
vrijdag 28-okt 14.00 - 16.00 17.00 - 20.00 19.00 - 20.30	ELASKO Workshop Stretch ELASKO Workshop Stretch Zacht in je vrouwelijke kracht I	Stretch Area Fitnessruimte Stretch Area Fitnessruimte Grote Zaal	Sonja Sonja Dominique
zaterdag 29-okt 13.00 - 15.00	Workshop Wim Hof Methode	Kinesiszaal / Tennisbaan 4	Het IJsbadhuis
maandag 31-okt 15.30 - 16.30 11.30 - 12.30	Relaunch : On the Move BBB Azzurro Duurzaam Gastvrij	Grote Zaal Lounge	Ellen Harry
dinsdag 1-nov 11.30 - 12.30 17.30 - 18.30	Body, Mind & Bacterie Step it up	Lounge Grote Zaal	Omega10 Nina
woensdag 2-nov 14.00 - 15.30 18.00 - 19.00 19.30 - 20.30	Let's talk about Food Boksclinic Grenzeloos het Zoutpad lopen	Vergaderruimte Grote Zaal Vergaderruimte	Janine Robert Wendy
donderdag 3-nov 10.30 - 12.00 12.30 - 14.00 16.30 - 17.30 19.00 - 20.00 19.30 - 20.30	Van spanning naar levenskracht Yoga filosofie Hatha Yoga Energy from Food Presenteren kun je leren	Vergaderruimte Grote Zaal Grote Zaal Vergaderruimte Grote Zaal	Mind Vitality Alice Nina Margret Ruby
vrijdag 4-nov 19.00 - 20.30 14.00 - 16.00	Zacht in je vrouwelijke kracht II Workshop Wim Hof Methode	Grote Zaal Kinesiszaal / Tennisbaan 4	Dominique Het IJsbadhuis
zaterdag 5-nov 13.00 - 14.00	Pilates Yoga Fushion	Grote Zaal	Nina

Buiten deze B&M-kalender zijn diverse yoga- en pilateslessen in deze periode gethematiseerd