

Body & Mind Weken 2026*

Datum	Dag	Tijdstip	Omschrijving	Ruimte
30 okt 2026	vrijdag	1930-2030	Meditatie & Mantra Special met Ruby van Urk	Aerobiczaal
31 okt 2026	zaterdag	1400-1515	Ontdek je Stem en laat de muziek stromen met Vocal Coach Ruby van Urk	Aerobiczaal
31 okt 2026	zaterdag	1530-1630	Workshop Presenteren kun je leren! Met Vocal Coach Ruby van Urk	Aerobiczaal
1 nov 2026	zondag	1200-1300	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
1 nov 2026	zondag	1215-1315	Relax, Reset & Recharge met Max en Nina	Aerobiczaal
2 nov 2026	maandag	1900-2000	Night Routine...Azzurro Beauty maakt jouw klaar voor de nacht	Azzurro Beauty
1-30 nov			Marker Art Expositie Bart Wisbrun "Zeven werken, zeven verhalen"	Lounge
1-30 nov	reserveren bij Beauty		Diepe Spanning, Diepe Rust.....Holistische massage clinic met Odilia Roffelsen	Azzurro Beauty
1-30 nov	reserveren bij Beauty		Luisteren naar je Lichaam....Therapeutische Massage met een Wellness Twist met Odilia Roffelsen	Azzurro Beauty
3 nov 2026	dinsdag	1000-1100	Revive! Special Thema "Grip op je Zenuwstelsel" met Helene Heemskerk	Body & Mindzaal
3 nov 2026	dinsdag	0900-1000	Nieuw! Vinyasa Flow, wekelijks met Nina. Een dynamische vorm van yoga waarin kracht, mobiliteit, balans en flexibiliteit samenkomen.	Aerobiczaal
4 nov 2026	woensdag	0800-0900	Ademhaling Workshop "Van kracht naar herstel" met Belinda Grijn	Body & Mindzaal
5 nov 2026	donderdag	1700-1800	Dans, swing en straal! Ervaar een energieke Chi Chi Fit workout vol musicalhits, beweging en plezier! met Suzy Jay	Aerobiczaal
6 nov 2026	vrijdag	1200-1300	Nieuw! Restorative Yoga, wekelijks met Nina.	Body & Mindzaal
6 nov 2026	vrijdag	1930-2030	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
6 nov 2026	vrijdag	1930-2130	Azzurro Bingo met Nadine	Azzurro Lounge
7 nov 2026	zaterdag	1330-1445	Restorative Yoga met Nina en Belinda. Laat alle spanning los en ervaar de kracht van diepe ontspanning!	Aerobiczaal
8 nov 2026	zondag	1215-1330	Restorative Yoga met Nina en Belinda. Laat alle spanning los en ervaar de kracht van diepe ontspanning!	Aerobiczaal
8 nov 2026	zondag	1300-1430	Cognitieve fitness masterclass met Carmen	Kinesiszaal
8 nov 2026	zondag	1300-1400	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Nataliia	Body & Mindzaal
8 nov 2026	zondag	1430-1600	Tafeltennis Clinic met Nataliia	Squashzaal
10 nov 2026	dinsdag	2000-2100	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Ri Anne	Body & Mindzaal
11 nov 2026	woensdag	0800-0900	Ademhaling Workshop "Start je dag met energie!" met Belinda Grijn	Body & Mindzaal
11 nov 2026	woensdag	1130-1230	Revive! Special Thema "How to Connect Mind & Body" met Helene Heemskerk	Body & Mindzaal
11 nov 2026	woensdag	1030-1130	Workshop "Leef zoals je herinnerd wilt worden" met Linda Sibie	Meeting Room
11 nov 2026	woensdag	1930-2030	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
12 nov 2026	donderdag	1900-2000	Night Routine...Azzurro Beauty maakt jouw klaar voor de nacht	Azzurro Beauty
12 nov 2026	donderdag	1900-2000	Sculpt Pilates met Aletta...Strength meets Balance	Body & Mindzaal
13 nov 2026	vrijdag	0830-1200	Barista Cafe: geniet van de custom made koffievarianten van Segafredo	Lounge
13 nov 2026	vrijdag	1200-1300	Restorative Yoga met Nina	Body & Mindzaal
13 nov 2026	vrijdag	1900-2000	Dans, swing en straal! Ervaar een energieke Chi Chi Fit workout vol musicalhits, beweging en plezier! met Suzy Jay	Aerobiczaal
15 nov 2026	zondag	1330-1630	Thai Hand Method met Dominique van der Zanden	Body & Mindzaal
15 nov 2026	zondag	1400-1515	Workshop: In Tien Stappen naar Stemvertrouwen met Ruby van Urk	Aerobiczaal
16 nov 2026	maandag	1930-2030	Workshop Leef zoals je herinnerd wilt worden met Linda Sibie	Meeting Room
17 nov 2026	dinsdag	1930-2130	PubQuiz met Nadine	Azzurro Lounge
17 nov 2026	dinsdag	1300-1400	Restorative Yoga met Belinda	Body & Mindzaal
18 nov 2026	woensdag	0800-0900	Ademhaling Workshop "Begin jouw dag bewust." met Belinda Grijn	Body & Mindzaal
18 nov 2026	woensdag	1030-1100	Ervaar de Longevilift demo en ontdek een stevigere, gladdere en stralende huid!	Azzurro Beauty
18 nov 2026	woensdag	1030-1200	50 Shades of Health! Ontdek jouw kijk op Gezondheid tijdens deze interactieve workshop! Met Dr. Max Herold	Meeting Room
18 nov 2026	woensdag	1930-2030	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
18 nov 2026	woensdag	2000-2100	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Nataliia	Body & Mindzaal
18 nov 2026	woensdag	1330-1415	Klankschaalmeditatie met Marieke Goossens Laat je meevoeren door rustgevende klanken en ervaar diepe ontspanning!	Aerobiczaal
19 nov 2026	donderdag	1700-1800	Dans, swing en straal! Ervaar een energieke Chi Chi Fit workout vol musicalhits, beweging en plezier! met Suzy Jay	Aerobiczaal
19 nov 2026	donderdag	1900-2200	Wine Taste Experience met Brantjes Wijn Import	Azzurro Lounge
20 nov 2026	vrijdag	reserveren Beauty	Geniet van een exclusieve 1-op-1 minimassage van 10 minuten door massagetherapeute Odilia.	Azzurro Beauty
20 nov 2026	vrijdag	1900-2030	Move into Flow Sensual Yoga & Chakra met Dominique van der Zanden	Aerobiczaal
20 nov 2026	vrijdag	1200-1300	Restorative Yoga met Nina	Body & Mindzaal
21 nov 2026	zaterdag	1400-1445	Klankschaalmeditatie met Marieke Goossens Laat je meevoeren door rustgevende klanken en ervaar diepe ontspanning!	Aerobiczaal
22 nov 2026	zondag	1030-1200	50 Shades of Health! Ontdek jouw kijk op Gezondheid tijdens deze interactieve workshop! Met Dr. Max Herold	Meeting Room
22 nov 2026	zondag	1500-1630	Yin Yoga Therpay met Willeke van der Wiel	Aerobiczaal
24 nov 2026	dinsdag	1300-1400	Restorative Yoga met Belinda	Body & Mindzaal
24 nov 2026	donderdag	1900-2000	Night Routine...Azzurro Beauty maakt jouw klaar voor de nacht	Azzurro Beauty
25 nov 2026	woensdag	1130-1230	Revive! Special Thema "Grip op je Zenuwstelsel" met Helene Heemskerk	Body & Mindzaal
25 nov 2026	woensdag	1830-2000	Ervaar de Longevilift demo en ontdek een stevigere, gladdere en stralende huid!	Azzurro Beauty
25 nov 2026	woensdag	1900-2000	Vrouw in de Overgang met Carmen van den Bosch	Meeting Room
26 nov 2026	donderdag	1130-1300	Geniet van een exclusieve 1-op-1 minimassage van 10 minuten door massagetherapeute Odilia.	Azzurro Beauty
26 nov 2026	donderdag	1900-2000	Ontdek de kracht van Mental Coaching! Met Aletta van Klinken	Meeting Room
27 nov 2026	vrijdag	1930-2030	Meditatie & Mantra Special met Ruby van Urk	Aerobiczaal
27 nov 2026	vrijdag	1200-1300	Restorative Yoga met Nina	Body & Mindzaal
27 nov 2026	vrijdag	1900-2130	Tantric dance met Dominique van der Zanden	Aerobiczaal
27 nov 2026	vrijdag	1930-2030	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
29 nov 2026	zondag	1000-1400	Tennistoernooi met Maikel van Mastrigt	Tennisbaan
29 nov 2026	zondag	1300-1400	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Nataliia	Body & Mindzaal
29 nov 2026	zondag	1430-1600	Tafeltennis Clinic met Nataliia	Squashzaal
29 nov 2026	zondag	1130-1230	Vrouw in de Overgang met Carmen van den Bosch	Meeting Room
29 nov 2026	zondag	1500-1630	Yin Yoga Therpay met Willeke van der Wiel	Aerobiczaal
1 dec 2026	dinsdag	1130-1230	Revive! Special Thema "How to Connect Mind & Body" met Helene Heemskerk	Body & Mindzaal
1 dec 2026	dinsdag	1300-1400	Restorative Yoga met Belinda	Body & Mindzaal
1 dec 2026	dinsdag	2000-2100	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Ri Anne	Body & Mindzaal
2 dec 2026	woensdag	1900-2000	Sculpt Pilates met Aletta...Strength meets Balance	Body & Mindzaal
3 dec 2026	donderdag	1300-1345	Klankschaalmeditatie met Marieke Goossens Laat je meevoeren door rustgevende klanken en ervaar diepe ontspanning!	Aerobiczaal
4 dec 2026	vrijdag	reserveren Beauty	Nieuw bij Azzurro Beauty! Ontdek Jane Iredale met persoonlijk 1-op-1 make-upadvies voor een natuurlijke, stralende look.	Azzurro Beauty
4 dec 2026	vrijdag	1900-2030	Azzurro Dance instaples met Dominique	Aerobiczaal
6 dec 2026	zondag	1200-1630	Awaken the Warrior & Holistic Movement Experience feat Dominique & Dennis van Miltenburg	Meeting Room
6 dec 2026	zondag	1400-1600	Sunday Afternoon Jazz met Jazzcombo So What! Feat. Ruby van Urk	Azzurro Lounge
7 dec 2026	maandag	1330-1430	Ayurvedische voedingsworkshop met Hanna Hellman	Meeting Room
9 dec 2026	woensdag	1130-1230	Revive! Special Thema "Grip op je Zenuwstelsel" met Helene Heemskerk	Body & Mindzaal
9 dec 2026	woensdag	1930-2030	Kleur en Stijladvies met Helma. Wat staat je goed én wat wil je uitstralen?	Meeting Room
9 dec 2026	woensdag	2000-2100	Elasko Special : Elasko Balls Masterclass met Ri Anne	Body & Mindzaal
10 dec 2026	donderdag	1930-2130	Muziek Hits Bingo met Nadine	Azzurro Lounge

*wijzigingen voorbehouden en inschrijven gaat via de app (vanaf 2 weken van tevoren)