

GROEPSLESSEN VOLWASSENEN vanaf 1 SEPTEMBER tot 21 DECEMBER 2025

VOLWASSENEN					
MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG
	9u30 - 10u30 <i>FIT & SHAPE (Elsje)</i>		9u30 - 10u00 <i>SMALL GROUP TRAINING (SGT) EASY (Gino)</i>		10u30 - 11u30 <i>PILATES (Yuri)</i>
			18u15 - 19u15 <i>FUNDANCE (Elsje)</i>		10u30 - 11u30 <i>RHYTHM & MOVE (Evy)</i>
18u30 - 19u00 <i>SMALL GROUP TRAINING (SGT) (Gino)</i>	18u30 - 19u30 <i>SPINNING (Gino)</i>	18u30 - 19u30 <i>FIT met mini-trampolines (world jumping) (Gino)</i>	18u30 - 19u00 <i>SMALL GROUP TRAINING (SGT) (Gino)</i>		11u30 - 12u30 <i>LINEDANCE FUSION (Evy)</i>
19u15 - 20u15 <i>FIGURE-STYLING (Gino)</i>	19u30 - 20u30 <i>LATINO PARTY MIX (Elsje) NIEUW</i>	19u30 - 20u30 <i>ZUMBA DANCE (Elsje)</i>	19u30 - 20u30 <i>FULL BODY WORKOUT (Core & Booty) (Elsje)</i>		
19u30 - 20u30 <i>YOGA</i> <i>Reeks start 15 september 2025 (Hilde)</i>		19u30 - 20u30 <i>TOTAL BODY WORKOUT (Gino)</i>	19u30 - 20u30 <i>SPINNING (Gino)</i>		
	20u30 - 21u30 <i>CARDIO & BUIKSPIEREN (Elsje)</i>		20u30 - 21u30 <i>ZUMBA DANCE (Elsje)</i>		
			20u30 - 21u15 <i>SMALL GROUP TRAINING (SGT) ADVANCED (Gino)</i>		

Opmerkingen :

- **VOORAF ONLINE RESERVEREN is NOODZAKELIJK** voor ALLE LESSEN
- **Max. 20 personen per les**
- De lessen starten STIPT !
- **CHECK-IN** niet vroeger dan 15 minuten voor aanvang van de les
- Breng jouw **EIGEN HANDDOEK & MATJE** mee.
- Bij minder dan 5 reservaties kan een les GESCHRAPPT worden.



Alle groepslessen mogelijk met abonnement (behalve Yoga).

- **FUN abonnement** : vanaf € 34,90/maand

- **SLIM abonnement** : vanaf € 64,90/maand

OF

- **EXPERIENCE CARD - 10 dagen** : € 95,- (6 mnd geldig)

- **20 dagen** : € 175,- (12 mnd geldig)

- **DAGPAS** : € 12,-

TOPFORM

Europalaan 97 - 8560 GULLEGEM
056/42 19 25 - 0473/85 50 50 (Elsje)
info@topform-gullegem.be
www.topform-gullegem.be

Tarieven vanaf 1/6/2025
Deze vervangt vorige prijslijsten.