



BEWONERSVERENIGING
MIDDENHOEVE

Zaterdag 27 september

Wil jij werken aan kracht én conditie?

De bootcamp bestaat uit:

Hardlopen & korte sprintjes

Boksen (op de handschoenen, niet op elkaar)

Core-oefeningen

Wat neem je mee?

Handdoek

Flesje water

Goede zin!

Tijden:

Beginners: 13:00 uur

Gevorderden: 14:00 uur

Locatie: Parkeerplaats tussen Abeelstraat 85 en
83

Opgeven kan tot maandag 22-9

Aanmelden via de
WhatsAppgroep of
via de flyer

**Via deze QR CODE kom je in
de WhatsAppgroep:**



**B
U
R
E
N
D
A
G

!!**

