



Activiteiten

20 SEPTEMBER 2025

WEEK VAN HET
HOSPICE
KROMME RIJNSTREEK

Week van de Hospice



SPINNINGMARATHON

Neem deel aan de spinningmarathon die we houden van 09:00 tot 12:00 uur Deelname €5,- per uur p/p

Aanvang:
09:00 uur
Spinningzaal



BOKSFIT

Vanaf 10:00 uur kun je ieder een half uur meedoen aan de boksfit uitdaging. Deze uitdaging wordt een paar keer herhaalt. € 5,- per ronde van een half uur

Aanvang:
10:00 uur
boksruiimte



YOGA

We gaan een yoga special geven om ontspannen het weekend in te gaan. €5,- per persoon/les

Aanvang:
10:00 uur
B&M zaal



BODY ATTACK

Nog even wat calorieën verbranden en dan het weekend in met de high intensity Attackles. €5,- per persoon/les

Aanvang:
10:00 uur
Grote zaal



BODY BALANCE

Nog even in balans komen met jezelf voor dit weekend. €5,- per persoon/les

Aanvang:
11:00 uur
grote zaal



BODY COMBAT

In deze high energy les gaan we aan onze conditie, spierkracht en coördinatie werken. €5,- per persoon/les

Aanvang:
12:00 uur
Grote zaal



ZUMBA-SHAPE

Een mooie combiles waarin we al dansend in shape komen. €5,- per persoon/les

Aanvang:
12:00 uur
B&M zaal

Inschrijven voor deze sponsorlessen kan bij de receptie.

Vooraf betalen

Tijdens deze uren kunnen jullie genieten van gratis koffie en thee