

Bijlage YUWA ZOMERROOSTER 2022

We hebben een gevarieerd zomerrooster samengesteld met verschillende leuke buiten trainingen.

Kijk dus goed in het weekrooster en reserveer via je persoonlijke account de juiste lessen. De omschrijving staat bij de lessen zodat je weet wat de les inhoud.

Een les gaat door wanneer er een dag van tevoren minimaal 4 deelnemers zijn aangemeld. Je ontvangt via je persoonlijke account tijdig een bericht met extra info/wijzigingen.



YUWA ZOMER SPECIALS 2022 van 4 juli t/m 21 augustus

BUITEN: In het zomerrooster gaat de woensdag en donderdag CardioFit naar buiten. We starten en eindigen gewoon op Yuwa en stemmen de training af op de deelnemers. Denk aan je buitenschoenen! Bij slecht weer is de les binnen. Dit communiceren we via het online systeem.

STRANDTRAININGEN:

Dit jaar staan er weer strandtrainingen in het rooster. We verzamelen op het strand Kijkduin, strandslag 2a, bij strandtent Suiderstrand. Yuwa is tijdens deze strandtrainingen gesloten.

- Dinsdag 12-7-22 combi les CardioParty & VarioPower van 19.00 - 20.30 uur.

Na de training nemen we met elkaar een zee dip en sluiten we af met een drankje.

- Maandag 18 juli en 8 augustus 2022 18.30 FuncionalFit en 19.40 Dance It Out.

- Vrijdag 12 augustus 2022 combi les CardioFit & Core&More van 10.00 - 11.00 uur.

Na de training gaan we met elkaar brunchen. Meld je uiterlijk voor 5 augustus aan bij de balie.

FIETSTOCHT NAAR OP HODENPIJL

Woensdag 20 juli 2022 verzamelen we 10.30 uur bij Yuwa met je fiets.

Om 11.00 uur vertrekken we gezamenlijk en fietsen we een leuke route naar Op Hodenpijl.

Daar staat er een heerlijke proeverij te wachten. Per persoon €17,50 excl. drankjes.

Schrijf je uiterlijk voor 15 juli in bij de balie. Betalen doen we op de locatie achteraf, neem het contant mee. We zullen rond 14.00 uur weer terug bij Yuwa zijn.

YUWA IS GESLOTEN VAN 27 JULI T/M 3 AUGUSTUS 2022!

Wil je wel blijven bewegen? Tip: Spreek in het uithofpark af met je Yuwa sportmaatjes.

STEP IT OUT, TRY OUT

Woensdag 10 augustus van 09.00-09.45 uur staat er een step aerobics work out try out op het rooster.

Meld je via het online rooster aan. Ook niet leden zijn welkom en kunnen zich aanmelden via

info@yuwa.nl. Voor hen is deelname €10,00.

YUWA WATERACTIVITEIT + PICKNICK

Woensdag 17 augustus 2022 organiseert Yuwa een wateractiviteit van 10.30 tot 14.00 uur. Meer info hierover volgt in de community.