

Beste sporters, hier alvast de lessen die via Zoom worden aangeboden.

Mocht je liever een andere les willen volgen kan je nog heel veel oudere lessen zien via You Tube Claudia Schaper Sports

Aanmelden via de mail: [info@claudiaschapersports.nl](mailto:info@claudiaschapersports.nl)

Maandag 9 november

19.00 Stepdance/Stepworkout

Dinsdag 10 november

09.30 Pilates

10.30 Zumba Goldies

19.00 Zumba

20.00 TBW

Woensdag 11 november

19.30 Tibetaans Yoga en Ademhalingsoefeningen

Vrijdag 13 november

09.15 Total Body Workout

10.30 Stretch and Relax