

**Wil jij deelnemen?**

**Vergeet niet te reserveren!**

- met de App OVATU YOU
- booking minisite: [animapilates.book.app](http://animapilates.book.app)
- website [www.animapilates.be](http://www.animapilates.be)
- via Facebook
- SMS 0476 260355

**Pilates, yoga & zachte gym geschikt voor iedereen**

Aangesloten bij De Fitness Organisatie [www.fitness.be](http://www.fitness.be)

Otegemstraat 50, 8550 Zwevegem  
t. +32 476 260355 / [alma@animapilates.be](mailto:alma@animapilates.be)

[www.animapilates.be](http://www.animapilates.be)



	Voormiddag	Namiddag	's Avonds
<b>MAANDAG</b>	<b>9u*</b> Reformer groep <b>10u10, 11u20*</b> Pilates op Reformer, privé of groep <b>ENKEL OP AFSpraak</b>	<b>14u</b> Pilates MAT beginners	<b>17u30</b> Pilates "Gezonde rug" <b>18u40</b> Pilates MAT intermediate <b>19u50</b> Japanse Yoga <b>19u50*</b> Reformer groep
<b>DINSDAG</b>	<b>Nieuw!!</b> Lessen in <b>KINECO WAREGEM Groepspraktijk</b> ( <i>Olmstraat 107, Waregem</i> ) – Pilates Mat groepsles om <b>8u30</b> – Pilates op reformer privé of duo-training. <b>ENKEL OP AFSpraak</b>		<b>18u</b> Pilates MAT beginners <b>19u10</b> Pilates MAT intermediate <b>20u15</b> BBB Cardio training <b>18u*</b> Reformer groep <b>19u10*</b> Reformer groep of privé (Julie) <b>20u15*</b> Reformer voor heren
<b>WOENSDAG</b>	<b>9u</b> Pilates MAT intermediate <b>10u10</b> Gentle Japanse Yoga <b>10u10*</b> Reformer groep <b>11u20*</b> Reformer groep of privé	<b>15u20*</b> Reformer privé training of "Start to pilates" (reeks van 4) <b>ENKEL OP AFSpraak</b>	<b>18u50</b> Pilates MAT gevorderden <b>20u00</b> Bodysculpt <b>16u30*</b> Reformer groep <b>17u40*</b> Pilates privé training <b>20u00*</b> Reformer groep
<b>DONDERDAG</b>	<b>9u, 10u, 11u*</b> Pilates op Reformer, privé of groep <b>ENKEL OP AFSpraak</b>	<b>12u10</b> Pilates MAT @ lunchtime <b>13u20, 14u30*</b> Pilates op Reformer, privé of groep <b>ENKEL OP AFSpraak</b>	<b>18u10</b> Pilates MAT intermediate <b>19u20</b> Pilates MAT gevorderden <b>17u*</b> Reformer groep of privé <b>18u10*</b> Reformer groep
<b>VRIJDAG</b>	<b>10u10</b> Pilates MAT beginners <b>9u*</b> Reformer groep <b>11u20*</b> Reformer privé of groep	<b>Nieuw!!</b> Lessen in <b>KINECO WAREGEM Groepspraktijk</b> ( <i>Olmstraat 107, Waregem</i> ) – Pilates Mat groepsles om <b>17u15</b> – Pilates op reformer privé of duo-training. <b>ENKEL OP AFSpraak</b>	
<b>ZATERDAG</b>	<b>10u10</b> Pilates MAT intermediate <b>9u*</b> Reformer groep <b>11u20*</b> Reformer privé of groep		

\* **Reformer, Prenatal Pilates, Privé of Duo-sessies** - De reservatie van deze lessen gebeurt steeds *persoonlijk en in samenspraak* met Alma Hernández. Ze kunnen niet online gereserveerd worden.

- De lessen zijn **50 min lang**. U wordt vriendelijk verzocht om stipt te komen om de lestijden zo veel mogelijk te kunnen respecteren.
- Gelieve u alvorens u naar de zaal te begeven uw beurtkaart achter te laten aan de balie. Deze worden na de les afgestempeld.
- Neem uw afgestempelde kaart mee bij het vertrekken.
- U wordt gevraagd de lessen waaraan u wenst deel te nemen steeds op voorhand te reserveren, zo hebben wij een zicht op het aantal deelnemers en zo een overbevolkte zaal te vermijden. **Gelieve ten laatste 3 uur voor de aanvang van de les te reserveren.**

– **Opdat de les zou doorgaan is een minimum van 3 deelnemers vereist** (2 voor Reformer Groep).

In geval van annulatie wegens onvoldoende deelnemers of andere reden worden de ingeschreven deelnemers per SMS verwittigd.

– **RESERVATIE ANNULEREN** : Bent u ingeschreven maar u kan toch niet komen naar de les?

- Graag **minstens 2u** voor de aanvang van de les te verwittigen (*best annuleren via de booking minisite, desnoods per e-mail of SMS*)
- De annulering van de lessen **Reformer, Prenatal Pilates, Privé training of Duo-sessies** moet **minstens 12 uur** op voorhand gebeuren.

**Niet of laattijdig geannuleerd = verloren beurt!** Alvast bedankt voor uw begrip en medewerking