

# Sportlessen voorjaar 2025

## STOELYOGA

Lessen van januari tot Pasen.  
Op zaterdag, van 9u30 tot  
10u30

11, 18 en 25 januari  
15 en 22 februari  
1, 15, 22 en 29 maart  
& 5 april

Lesgever: Nathalie Steurbaut



## YOGILATES

Op maandagen, start op 17/02  
t.e.m. 30/06.

Van 19u30-20u30

Een combinatie van krachtopbouw  
met juiste houding + het oefenen  
van soepelheid en balans in  
lichaam en geest!

Lesgever: Els Lietaert

## DANSKAMP

Danskamp voor kinderen van  
6 tot 12 jaar.

Data: 16/07, 17/07 en 18/07  
Lesduur: van 8u30 tot 16u30

Voor info: lesgever Els Lietaert



Kostprijs: €12 per les (uitz.: danskamp)

Locatie: groepspraktijk Manuwell,  
Dorpsstraat 14, 9870 Zulte (uitz.: Nordic  
Walking)

Nathalie Steurbaut:  
yogagroentjes@gmail.com, 0479/29.27.55

Els Lietaert: elслиetaert1@gmail.com,  
0467/01.93.53

Veerle De Smet: info@manuwell.be,  
0473/83 50 92

## NORDIC WALKING

Data: 20/05, 22/05, 28/05  
Van 19u30 tot 20u30

Vertrekpunt: kerk van Machelen,  
bij de houten vlonder  
Lesgever: Els Lietaert



## PILATES

2 reeksen van 5 lessen, op  
woensdag, bij Veerle De Smet:  
REEKS 1: 26/02, 12/03, 19/03,  
26/03, 2/04

REEKS 2: 30/04, 7/05, 14/05,  
21/05, 4/06

Groep 1: 19u15-20u15

Groep 2: 20u30-21u30

