

Zoom LIVE groepslessen



Lesrooster

DAG	TIJD	LES
Woensdag	08.45-09.15 uur	Body Workout by Triin
Woensdag	09.30-10.00 uur	CORE Training by Triin
Zaterdag	10.00-10.30 uur	Les Mills BodyPump by Triin
Zondag	10.00-10.30 uur	Les Mills BodyBalance by Mireille

Wat heb je nodig?

Body Workout	CORE Training	Les Mills BodyPump	Les Mills BodyBalance
<ul style="list-style-type: none">• Handdoek• Flesje water	<ul style="list-style-type: none">• Flessen met water of zand• Tube/dynaband of dikke panty• Handdoek• Flesje water	<ul style="list-style-type: none">• Rugzak met boeken• Flessen met water of zand• Handdoek• Flesje water	<ul style="list-style-type: none">• Matje• Bloten voeten• Flesje water

Zoom LIVE groepslessen



Hoe log je in?

Via telefoon of tablet:

Download de ZOOM app in de Play Store of App Store en klik daarna op onderstaande link.

<https://zoom.us/j/5234427081?pwd=RjhPNVl1OW0zUFpjQ3U3TEw5N2s4QT09>

Via laptop of desktop:

Ga naar

<https://zoom.us/j/5234427081?pwd=RjhPNVl1OW0zUFpjQ3U3TEw5N2s4QT09>

Klik vervolgens op Launch Meeting en daarna Join from your browser.

