

## Uurrooster **SNS Dilsen** → volg steeds sportnaschool.be voor nieuwe updates!

Vergeet niet dat je ook in andere gemeentes/steden mag gaan sporten met je **SNS-pas!**



maandag	
17:30 - 18:30	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 3): Cheguei Pra Jogar - Capoeira
19:00 - 20:30	Zaal de Vrietsel: Tafeltennis - Tafeltennis
19:00 - 20:00	Dadda Academy: Kickboksen - Kickboksen
19:00 - 20:00	Martialartscenter (M.A.C.): cardiocombat (WOMEN ONLY) - Cardiofun
20:00 - 22:00	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 2): Krav Maga Maasland - Zelfverdediging
dinsdag	
19:00 - 20:30	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 1): Judo Club Samurai Dilsen-Kinrooi -15j - Judo
19:00 - 20:30	Zaal de Vrietsel: Tafeltennis - Tafeltennis
20:00 - 21:00	Martialartscenter (M.A.C.): Thaiboksen starters (gemengd vanaf 14 jaar): - Thai-boxing
20:30 - 22:00	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 1): Judo Club Samurai Dilsen-Kinrooi +15j - Judo
woensdag	
18:00 - 19:00	Martialartscenter (M.A.C.): Thaiboksen jeugd (gemengd van 10 jaar tot 14 jaar): - Thai-boxing
19:00 - 20:00	Dadda Academy: Kickboksen - Kickboksen
donderdag22 september 2022	
19:00 - 20:00	Martialartscenter (M.A.C.): circuittraining (WOMEN ONLY) - Cardio Fitness
20:30 - 22:00	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 2): Krav Maga Maasland - Zelfverdediging
vrijdag23 september 2022	
18:00 - 19:00	Martialartscenter (M.A.C.): Thaiboksen jeugd (gemengd van 10 jaar tot 14 jaar): - Thai-boxing
18:00 - 19:00	Sporthal de Spil (gevechtssportzaal 1): Judo Club Samurai Dilsen-Kinrooi -15j - Judo
18:30 - 19:30	Sporthal de Spil (sportzaal 1): Badminton - Badminton
19:00 - 20:00	Dadda Academy: Kickboksen - Kickboksen
19:00 - 20:00	Martialartscenter (M.A.C.): Thaiboksen starters (gemengd vanaf 14 jaar): - Thai-boxing