



Healthy University Let's Walk! 1 – 5 maart

Online
Only

Klik op het activiteitenblok om je in te schrijven! / Click on the activity block to register!

	Maandag 1 maart	Dinsdag 2 maart	Woensdag 3 maart	Donderdag 4 maart	Vrijdag 5 maart
08:00					
08:30	Easy Flow Yoga (NL + ENG)	Mindfulness (NL + ENG)	Yin Yang Yoga (NL+ENG)	Mediteren (NL+ENG)	Pilates (NL+ENG)
09:00					
09:30					
10:00					
10:30	Office work-out (NL + ENG)	Office work-out (NL + ENG)	Office work-out (NL + ENG)	Office work-out (NL + ENG)	Office work-out (NL + ENG)
11:00					
11:30					
12:00					
12:30	Inspiratiesessie In beweging (NL)	Gezonde voeding geeft energie (NL)	Krachttraining voor je brein (NL)	Beweeg ik voldoende? (NL)	Ben ik in balans? (NL)
13:00					
13:30					