

Kick your Weekend, m/v

Confi-Training



Vrijdag 16 januari 2026 van 19:00 tot 20:00 uur

Over 7 weken



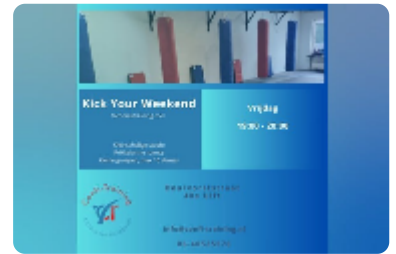
Confi-Training

F B Deurvorststraat 40A, Ulft



Terugkerende activiteit

Wekelijks op vrijdag tot en met 24 april 2026



Kick Your Weekend, m/v

Laat je (werk)week lekker achter je en ga actief je weekend in met deze afwisselende training op de vrijdagavond.

Elke week zal er anders uitzien; bokszakken, padstraining, stretching, ontspanning, techniektraining, alles zal voorbij komen en soms zelfs een combinatie van alles in 1 les!

Ga jij deze verrassende uitdaging aan?

Voel je je (nog) niet thuis in een grote sportschool, heb je misschien een maatje meer of wil je (weer) op een laagdrempelige manier beginnen met sporten?

Dan is de laagdrempelige studio van Confi-training the place to be.

Omdat de groep niet groter is dan 10 deelnemers is er veel ruimte voor persoonlijke aandacht.

Naast persoonlijke aandacht is er ook veel aandacht voor:

- > de kickboks technieken op juiste wijze aanleren, stap voor stap
- > gelijkwaardigheid en respect voor elkaar en voor jezelf
- > ademhaling & bewustwording
- > uit je hoofd en weer in je lijf komen.
- > en samen plezier hebben in het sporten, na de les kletsen we bij onder het genot van koffie / thee of watertje

Heb je geen eigen spullen? Geen probleem, je kan spullen lenen.

Je mag altijd 2x een gratis proefles mee doen

Na de les is er altijd ruimte om gezellig wat te drinken met elkaar.

Deze les is geschikt voor iedereen vanaf 15 jaar, je traint binnen de groep op je eigen niveau.

Na inspanning kun je heerlijk ontspannen je weekend in gaan.

Woonkern

Bontebrug, Etten, Gendringen, Silvolde, Terborg, Ulft



Ga voor meer informatie naar
onzeoudeijsselstreek.nl/agenda

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A

Kick your Weekend, m/v
16-01-2026 / 19:00 - 20:00
F B Deurnoistoraat 40A