

MONDAY 2 AUG	TUESDAY 3 AUG	WEDNESDAY 4 AUG	THURSDAY 5 AUG	FRIDAY 6 AUG	SATURDAY 7 AUG	SUNDAY 8 AUG
06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:30 – 09:30 MINDFUL MORNING Het Oude Tolhuys	09:00 – 10:00 BEGINNER SUP Amstel Boathouse	06:00 – 08:00 SUNRISE YOGA Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	09:00 – 10:30 SUP & RUN Het Oude Tolhuys
08:30 – 09:30 BEGINNER SUP Het Oude Tolhuys	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom	
06:00 – 08:00 SUP & FLOW Bergsche Plas	10:00 – 11:30 CITY EXPEDITION Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom		
				09:00 – 10:00 SUPrise Het Oude Tolhuys		
MONDAY 9 AUG	TUESDAY 10 AUG	WEDNESDAY 11 AUG	THURSDAY 12 AUG	FRIDAY 13 AUG	SATURDAY 14 AUG	SUNDAY 15 AUG
06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:30 – 09:30 MINDFUL MORNING Het Oude Tolhuys	09:00 – 10:00 BEGINNER SUP Amstel Boathouse	06:00 – 08:00 SUNRISE YOGA Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	
08:30 – 09:30 BEGINNER SUP Het Oude Tolhuys	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom	
	10:00 – 11:30 CITY EXPEDITION Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom	09:00 – 10:30 SUP & RUN Amstel Boathouse	
				09:00 – 10:00 SUPrise Het Oude Tolhuys		
MONDAY 16 AUG	TUESDAY 17 AUG	WEDNESDAY 18 AUG	THURSDAY 19 AUG	FRIDAY 20 AUG	SATURDAY 21 AUG	SUNDAY 22 AUG
06:00 – 08:00 SUP & FLOW Amstel Boathouse	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:30 – 09:30 MINDFUL MORNING Het Oude Tolhuys	09:00 – 10:00 BEGINNER SUP Amstel Boathouse	06:00 – 08:00 SUNRISE YOGA Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	09:00 – 10:30 SUP & RUN Het Oude Tolhuys
06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Het Oude Tolhuys	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Het Oude Tolhuys	06:00 – 08:00 SUNRISE EXPEDITION Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom	
08:30 – 09:30 BEGINNER SUP Het Oude Tolhuys	10:00 – 11:30 CITY EXPEDITION Hannekes Boom		20:30 – 22:00 NIGHT PADDLES Hannekes Boom	08:00 – 09:30 MINDFUL MORNING Hannekes Boom		
				09:00 – 10:00 SUPrise Het Oude Tolhuys		