



LESROOSTER

Dag/tijd	Studio 1	Studio 2	Fitness	Outdoor
Maandag				
08.45-09.45 uur		BBB		
09.00-10.00 uur	Move it 60+			
10.00-11.00 uur	Move it	Yoga Do In		
19.00-20.00 uur	NIEUW: Fitboksen	PowerPump		
19.30-21.00 uur				ChiRunning <small>Startpunt Dobber 9</small>
20.00-21.00 uur	Spinning	NIEUW: HITT		
Dinsdag				
09.00-10.00 uur			Circuittraining	
10.00-11.00 uur		NIEUW: Fresh Balance		
19.00-20.00 uur	PowerPump	PowerYoga		
20.00-21.00 uur	Spinning			Bootcamp <small>Meertje Hensbroek</small>
20.15-21.15 uur		NIEUW: Fresh Balance		
Woensdag				
08.45-09.45 uur	Spinning			
09.00-10.00 uur			Circuittraining	
10.00-11.00 uur		Yoga		
11.15-12.15 uur		Yoga 60+		
19.00-20.00 uur	Spinning	Bodyshape		
20.00-21.00 uur	Bodyshape	Latin Move/Zumba*		
		*v.a. 13 juni		
Donderdag				
19.00-20.00 uur		Alignment Yoga	Circuittraining	NIEUW: Bootcamp <small>Meertje Hensbroek</small>
19.30-21.00 uur				ChiRunning <small>Startpunt Dobber 9</small>
20.00-21.00 uur	Fitboksen			
20.15-21.15 uur		NIEUW: Fresh Balance		
Vrijdag				
08.45-09.45 uur	Move it			
09.45-10.45 uur	Move it 60+			
10.00-11.00 uur			NIEUW: Circuittraining	
Zaterdag				
09.00-10.00 uur	Spinning	Bodyshape		
10.00-11.00 uur			Circuittraining	
Zondag				
09.30-10.30 uur				NIEUW: Bootcamp <small>Meertje Hensbroek</small>

UITBREIDING FITNESS OPENINGSTIJDEN!

Openingstijden Fitness:

Maandag: 07.00-22.00 uur
 Dinsdag: 06.00-22.00 uur
 Woensdag: 07.00-22.00 uur
 Donderdag: 06.00-21.30 uur
 Vrijdag: 07.00-21.30 uur

Zaterdag: 08.00-14.00 uur

Zondag: 09.00-13.00 uur

Core workout (15 min.)

Ma t/m vr: 09.30 | 10.30 | 11.30 | 14.30 | 18.30 | 19.30 | 20.30
 Za & zo: 09.30 | 10.30 | 11.30