



LESROOSTER: ONLINE & LIVE TRAININGEN VANAF WOENSDAG 22 DECEMBER

Datum	Tijd	Les	Live/online	Trainer
Maandag	09.00-09.50	BBB	Online	Sylvia
	10.00-10.50	Essential Yoga	Online	Corine
	12.00-12.30	BBB Extreme circuit	Live	Sylvia
	12.30-13.00	Crossmax circuit	Live	Sylvia
	20.00-20.30	Core	Online	Sander
Dinsdag	09.00-09.50	BBB	Online	Sylvia
	16.00-16.55	Fitnesscircuit	Live	Connie
	19.00-19.50	Fresh Balance	Online	Sylvia
	20.00-20.50	Easy Flow en Yin Yoga	Online	Caya
Woensdag	09.00-09.50	Bodyshape	Online	Corine
	09.00-09.55	Fitnesscircuit	Live	Connie
	10.00-10.50	Essential yoga	Online	Corine
	15.15-16.10	Jeugdfitness	Live	Elly
	19.00-19.50	Bodyshape	Online	Graciela
Donderdag	09.00-09.30	Core	Online	Sylvia
	12.00-12.30	BBB Extreme circuit	Live	Sander
	12.30-13.00	Crossmax circuit	Live	Sander
	15.00-15.55	Fitnesscircuit	Live	Connie
Vrijdag	09.00-09.50	BBB	Online	Corine
	09.00-09.55	Fitnesscircuit	Live	Chiara
Zaterdag	09.00-09.30	Gladiator	Online	Sander

**Alle online lessen kun je volgen via
onze besloten facebook groep:
www.facebook.com/groups/deboergroepslessen**

**Voor de live circuittraining (outdoor)
dien je je vooraf aan te melden in onze APP.**