



ZOMERROOSTER 2025

14 JULI T/M 24 AUGUSTUS

Dag/tijd	Studio 1	Studio 2	Fitness	Meertje Hensbroek
MAANDAG				
09.00 uur		BBB		
10.00 uur	Yin Yoga	Move it (incl. 60+)		
18.30 uur		HIIT (30 minuten les)		
19.00 uur	Fitboksen			
DINSDAG				
09.00 uur			Circuittraining	
10.30 uur	Spinning ^a			
19.00 uur	PowerPump	Easy Flow/Yin Yang Yoga		
19.30 uur				Bootcamp
20.00 uur	Spinning ^b	Fresh Balance		
WOENSDAG				
09.00 uur	Fitboksen	Bodyshape	Circuittraining	
10.00 uur		Yin yoga		
19.00 uur		Bodyshape		
20.00 uur		Pilates		
DONDERDAG				
09.00 uur		Steps ^c	Circuittraining	
19.00 uur	Spinning ^d	PowerPump	Circuittraining	
20.00 uur	Fitboksen	Easy flow & Yin yoga		
VRIJDAG				
09.00 uur		BBB ^e	Circuittraining	
10.00 uur			Circuittraining 60+	
ZATERDAG				
08.15 uur	Spinning ^f			
09.15 uur		Bodyshape		
10.15 uur		Hatha yoga		
ZONDAG				
09.00 uur		BBB		

Fitness Openingtijden:

Maandag: 06.00-21.30 uur
Dinsdag: 06.00-21.30 uur
Woensdag: 06.00-21.30 uur
Donderdag: 06.00-21.30 uur
Vrijdag: 06.00-21.00 uur
Zaterdag: 08.00-13.00 uur
Zondag: 09.00-13.00 uur

BELANGRIJKE INFO

De lessen worden 24 uur van te voren gecheckt.
Bij minimaal 4 aanmeldingen gaat de les door. Dus check voor aanvang van de les in de APP of deze doorgaat.

a = Niet op 15/22/29 juli
b = Niet op 29 juli
c = Niet op 17/24/31 juli
d = Alleen op 17 juli
e = Niet op 1/8 augustus
f = Niet op 26 juli en 2 augustus