



sport&gezondheidscentrum
ZUIDWEST FRIESLAND

Zomerrooster
1 juli t/m 16 augustus

	FITNESS (tevens openingstijden)		KLEINE ZAAL		GROTE ZAAL	
	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>
MAANDAG	Fitness & Squash	08.30-12.00	Spinning	08.45-09.30	XCO	10.00-10.45
	Fitness & Squash	16.30-21.30			Bodymix	19.30-20.20
					Absolute yoga	20.30-21.20
DINSDAG	Fitness & Squash	8.30-11.30				
	Fitness & Squash	16.30-21.30				
					Total power	18.30-19.20
			Spinning	19.45-20.30		
WOENSDAG	Fitness & Squash	08.30-12.00	Spinning	08.45-09.30		
					Absolute Yoga	10.00-10.50
	Fitness & Squash	16.30-21.30				
			Total body	19.00-20.00		
DONDERDAG	Fitness & Squash	8.30-11.30				
	Fitness & Squash	18.30-21.30	Spinning	19.00-19.45		
					StepConditie	20.00-20.50
VRIJDAG	Fitness & Squash	08.30-12.00	Total Spinning	08.45-09.45		
	Fitness & Squash	16.30-21.30			Pilates	10.00-10.45
ZATERDAG	Fitness & Squash	09.00-11.30	Spinning	09.00-09.45		
ZONDAG	gesloten					

KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP WWW.SPORTCENTRUMZWF.NL

Hoekseize 22 - 8711 HR - Workum - 0515-543749 - info@sportcentrumzwf.nl - www.sportcentrumzwf.nl