



	FITNESS (tevens openingstijden)		GROTE ZAAL			FITNESS (tevens openingstijden)	
	les	tijdstip	les	tijdstip		les	
MAANDAG	Fitness & Squash	08.30-12.00	Spinning	08.45-9.30	DONDERDAG	Fitness & Squash	
	Fitness & Squash	14.00-21.30				Fitness & Squash	
			Spinning	18.30-19.15			
	Pre Fitness (12 t/m 15 jaar)	16.30-17.30	Bodymix	19.30-20.20			
			Zouk	20.30-22.00		VRIJDAG	Fitness & Squash
				Fitness & Squash			
DINSDAG	Fitness & Squash	08.30-11.30			Pre Fitness		
	Fitness & Squash	16.30-21.30	Judo	16.00-16.50	(12 t/m 15 jaar)		
			Total Power	18:30-19:30			
			Spinning	19.45-20.30	ZATERDAG	Fitness & Squash	
				(tot 10.00 uur)			
WOENSDAG	Fitness & Squash	08.30-12.00	Spinning	08.45-9.30		ZONDAG	Fitness & Squash
			AbsoluteYoga	09.45-10.30			(tot 11.00 uur)
			Sportief!Fit (50-plus)	13.30-14.30			
	Fitness & Squash	14.00-21.30			Sauna & Stoombad (dames op		
	Pre Fitness (12 t/m 15 jaar)	16.30-17.30			Maandag		
				Vrijdag			

naf 29 augustus 2022

vriens openingstijden)		GROTE ZAAL	
	<i>tijdstip</i>	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>
ash	08.30-11.30		
ash	16.30-21.30	Spinning	19.00-19.45
		StepConditie	20.00-20.45
ash	08.30-12.00	Total Spinning	08.45-9.45
ash	14.00-21.30	Pilates	10.00-10.45
	16.30-17.30		
ar)		Spinning	18.45-19.30
ash	09.00-11.30	Spinning	09.00-09.45
vrij trainen)			
ash	10.00-12.00	Spinning	10.00-10.45
vrij trainen)			

even en heren op oneven dagen)

08.30-11.15 Maandag t/m Vrijdag 18.30-21.15

08.30-11.15