

Vanaf 29 januari 2019

	MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			VRIJDAG			ZATERDAG	ZONDAG		
	ZAAL 1	ZAAL 2	FITNESS	ZAAL 1	ZAAL 2	FITNESS	ZAAL 1	ZAAL 2	FITNESS	ZAAL 1	ZAAL 2	FITNESS	ZAAL 1	ZAAL 2	FITNESS	ZAAL 2	ZAAL 1	ZAAL 2	
8:00																			8:00
8:30																			8:30
9:00	Body shape			Body shape			Zumba			Fatb. Chall.			Body shape						9:00
9:30	Body shape		Workout	Body shape		Workout				Power/Pump				Workout		Spinning			9:30
10:00	Yoga					55+Fitness						55+Fitness	Zumba				Weekend		10:00
10:30																	Workout		10:30
16:00																			16:00
16:30						Squash Kids									Squash Kids				16:30
17:00																			17:00
17:30															ZAAL BEZET				17:30
18:00																			18:00
18:30																			18:30
19:00	Power/Pump						Xco		CrossFitness										19:00
19:30						CrossFitness		Spinning							Cycle				19:30
20:00	Yoga	Spinning	Workout	Kick to the MAX			Body shape		Workout	Power/Pump					Workout				20:00
20:30																		MAX GESLOTEN	20:30
21:00								ZAAL BEZET											21:00
21:30																			21:30
22:00																			22:00
22:30																			22:30

U kunt zelfstandig een Virtuele les volgen. U heeft hiervoor een **GROEPSLES** abonnement nodig. Dit rooster kan wijzigen ivm reserveringen van groepen.

Voor deze groepslessen heeft u een **GROEPSLES** abonnement nodig.

In de schoolvakanties gaan deze lessen niet door.

De Workout is ook toegankelijk voor leden met een **FITNESS** abonnement.

Deze les wordt gegeven van oktober tot en met april. U heeft een **55+ FITNESS** abonnement nodig voor deze les.

Groepslessen gaan altijd door, ongeacht het aantal deelnemers.

Voor alle Virtuele lessen dient u eerst de afstandsbediening van de beamer op te halen bij de receptie.

