

Vanaf 7 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							MAX		8:00	
8:30										8:30							GESLOTEN		8:30	
9:00	Body shape	Spinning		Body shape			Zumba			9:00	Fatb. Chall.			Body shape					9:00	
9:30	Body shape		Workout	Body shape		Workout			Workout	9:30	Power/ Pump		55+Fitness	Zumba		Workout	Spinning		9:30	
10:00	Yoga					55+Fitness				10:00								Weekend	10:00	
10:30										10:30								Workout	10:30	
16:00										16:00									16:00	
16:30						Squash Kids				16:30						Squash Kids			16:30	
17:00										17:00									17:00	
17:30										17:30									17:30	
18:00										18:00					ZAAL BEZET				18:00	
18:30										18:30									18:30	
19:00	Power/ Pump						Xco		CrossFitness	19:00									19:00	
19:30						CrossFitness	Spinning			19:30	Power/ Pump			Cycle					19:30	
20:00	Yoga	Spinning	Workout	Kick to the MAX			Body shape		Workout	20:00					Workout				20:00	
20:30										20:30									20:30	
21:00										21:00									21:00	
21:30										21:30									21:30	
22:00										22:00									22:00	
22:30										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.