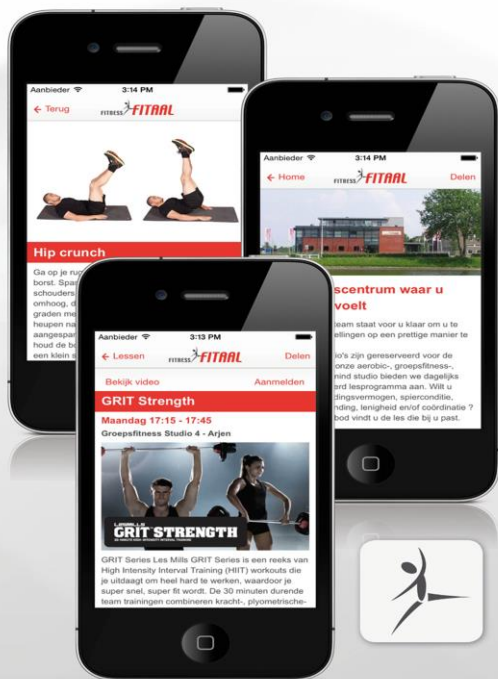


# FITNESS FITAAL HEEFT EEN EIGEN APP!



NU TE DOWNLOADEN VIA DE  
APPSTORE OF GOOGLE PLAY



powered by **gymapps**

## Openingstijden:

|      |              |
|------|--------------|
| Ma   | 8.00 – 21.30 |
| Di   | 8.00 – 21.30 |
| Woe  | 8.00 – 21.30 |
| Do   | 8.00 – 21.30 |
| Vrij | 8.00 – 21.00 |
| Zat  | 8.30 – 13.00 |
| Zon  | 8.30 – 13.00 |

**Fitness Fitaal**  
Dynamoweg 10  
4382 WZ Vlissingen  
0118-474466  
06-42301872  
[info@fitnessfitaal.nl](mailto:info@fitnessfitaal.nl)  
[www.fitnessfitaal.nl](http://www.fitnessfitaal.nl)



## WINTER Lesrooster

**Vanaf 1 oktober 2026**

Gezellig, ontspannen en bewegen  
in groepsverband

### Tarieven Fitness Fitaal:

\*Alle abonnementen zijn onbeperkt

|                    |                                |
|--------------------|--------------------------------|
| <b>3 maanden:</b>  | <i>prijs per maand:</i> €59,95 |
| <b>6 maanden:</b>  | <i>prijs per maand:</i> €54,95 |
| <b>12 maanden:</b> | <i>prijs per maand:</i> €49,95 |

### PERSONAL TRAINING

|                           |              |
|---------------------------|--------------|
| <b>1x in de week PT</b>   | €179,95 p.m. |
| <b>2x in de week PT</b>   | €354,95 p.m. |
| <b>PT Training 30 min</b> | €27,50       |
| <b>PT Training 60 min</b> | €55,00       |

**Studentenkorting 16 – 25 jaar: 30%**

Voor meer informatie verwijzen we u naar de receptie.



Tijdens het winterrooster zijn de sauna's  
elke week een andere dag geopend.  
Zie rooster op de deur sauna.

## Maandag

| Tijd        | Les                 | Zaal |
|-------------|---------------------|------|
| 9:00-10:00  | Circuit Training    | 2    |
| 9:15-10:15  | Cycling             | 3    |
| 10:00-11:00 | Thai chi chi gong   | 4    |
| 10:15-10:45 | Small group fitness | 2    |
| 10:15-11:15 | Pilates             | 1    |
| 18:45-19:45 | Body Pump           | 4    |
| 19:00-20:00 | Pilates             | 1    |
| 19:00-20:00 | Cycling             | 3    |
| 19:00-20:00 | Zumba               | 2    |
| 20:00-21:00 | Body Pump           | 4    |

## Dinsdag

| Tijd        | Les             | Zaal |
|-------------|-----------------|------|
| 9:30-10:30  | Body Balance    | 2    |
| 18:30-19:30 | Yoga            | 1    |
| 19:00-20:00 | Cardio kickboks | 4    |
| 19:00-20:00 | Steps           | 2    |
| 19:15-20:00 | Cycling         | 3    |
| 19:45-20:45 | Bodycombat      | 4    |



## Woensdag

| Tijd        | Les              | Zaal |
|-------------|------------------|------|
| 9:00-10:00  | Pump (Old)       | 4    |
| 9:00-10:00  | Circuit training | 2    |
| 10:15-11:15 | Pilates          | 1    |
| 19:00-20:00 | Body Pump        | 4    |

## Donderdag

| Tijd        | Les              | Zaal |
|-------------|------------------|------|
| 9:15-10:15  | Cycling          | 3    |
| 9:00-10:00  | Circuit Training | 2    |
| 10:15-11:15 | Senior Fit       | 2    |
| 18:45-19:45 | Body Balance     | 4    |
| 19:15-20:15 | Cycling          | 3    |
| 19:45-20:45 | Zumba            | 4    |
| 20:00-20:15 | Tai Chi          | 1    |



## Vrijdag

| Tijd        | Les                 | Zaal |
|-------------|---------------------|------|
| 9:00-10:00  | Body Pump           | 4    |
| 9:00-10:00  | Body Balance        | 2    |
| 10:15-10:45 | Small Group fitness | 2    |



## Zaterdag

| Tijd        | Les               | Zaal |
|-------------|-------------------|------|
| 9:00-10:00  | Body Pump         | 4    |
| 9:30-10:30  | Body Balance      | 2    |
| 10:30-11:30 | Cardio kickboksen | 4    |

## Zondag

| Tijd | Les | Zaal |
|------|-----|------|
|------|-----|------|

Voor het rooster geldt dat de lessen enkel doorgaan bij voldoende deelnemers.

Ochtendlessen : besluit middag ervoor om 17:00 uur.

Avondlessen: besluit 12:00 uur 's middags