



Groepsles Rooster

Maandag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
10:15 - 11:15	Yoga/Pilates	Zaal 1
18:30 - 19:00	Grit	Zaal 4
19:00 - 20:00	Body pump	Zaal 4
19:00 - 20:00	Pilates	Zaal 1
19:00 - 20:00	Body Attack	Zaal 2
19:15 - 20:00	Cycling	Zaal 3 fietszaal
20:00 - 21:00	Body pump	Zaal 4

Dinsdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:30 - 10:30	Body Balance	Zaal 2
18:30 - 19:30	Yoga	Zaal 1
18:45 - 19:30	Cardio Kickboks	Zaal 4
18:45 - 19:45	Zumba	Zaal 4
19:15 - 20:00	RPM	Zaal 3 fietszaal
19:45 - 20:45	Body Combat	Zaal 4

Woensdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
9:00 - 10:00	Pump Old Sch.	Zaal 4
10:15 - 11:15	Pilates	Zaal 4
19:00 - 20:00	Body Pump	Zaal 4
19:15 - 20:15	Pilates	Zaal 1
20:15 - 21:15	Body Combat	Zaal 4

Donderdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 9:45	RPM	Zaal 3 fietszaal
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
10:15 - 11:15	Yoga	Zaal 1
10:15 - 11:15	Senior Fit	Zaal 2
18:15 - 18:45	Cardio kickboks	Zaal 4
18:45 - 19:45	Body Combat	Zaal 4
19:00 - 20:00	Body Balance	Zaal 2
20:00 - 21:30	Tai Chi	Zaal 1

Vrijdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Body Balance	Zaal 1
9:00 - 10:00	Body Pump	Zaal 4
10:00 - 11:00	Zumba	Zaal 4
10:00 - 10:45	Core	Zaal 2

Zaterdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Body Pump (old)	Zaal 4
9:30 - 10:30	Body Balance	Zaal 2
9:30 - 10:30	Cardio Hit & Kick	Zaal 2