

| <b>Rooster zwemactiviteiten doelgroepen De Wiltsangh</b> |   |
|--|---|
| <b>MAANDAG</b>   |   |
| 07.00-08.30  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 09.00-10.00  | aqua bootcamp (start september)   |
| 09.30-10.15  | mozaiek   |
| 10.30-12.00  | fit for life  |
| 12.00-13.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 20.00-22.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| <b>DINSDAG</b>   |   |
| 07.00-08.30  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 09.00-10.00  | M.B.V.O.  |
| 09.00-11.15  | <a href="#">ouder en kind zwemmen (klik hier voor de tijd per leeftijd)</a> |
| 12.00-13.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 18.30-19.45  | ouder en kind zwemmen 0-4 jaar  |
| 19.45-21.15  | fit zwanger   |
| <b>WOENSDAG</b>  |   |
| 07.00-09.15  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 09.00-10.00  | fit zwanger   |
| 09.00-11.45  | <a href="#">ouder en kind zwemmen (klik hier voor de tijd per leeftijd)</a> |
| 09.00-11.30  | therapiezwemmen   |
| 12.00-13.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 13.00-17.00  | recreatief zwemmen (vanaf 16.00 uur recreatiebad en halve 25-meterbad)      |
| 19.00-20.30  | aquafit   |
| 19.00-21.30  | recreatief zwemmen  |
| 20.30-21.30  | banenzwemmen 25-meterbad 4 banen  |
| <b>DONDERDAG</b>   |   |
| 07.00-08.30  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 08.30-09.30  | M.B.V.O.  |
| 08.30-09.30  | hart in water   |
| 12.00-13.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 19.00-20.00  | aqua bootcamp (start september)   |
| 19.30-20.30  | banenzwemmen doelgroepenbad (max. 12 personen)                              |
| 20.00-21.00  | beter leren banenzwemmen (25-meterbad)                                      |
| 21.00-22.00  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| <b>VRIJDAG</b>   |   |
| 07.00-08.30  | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad                                   |
| 08.45-10.15  | dames fit   |

|                 |   |
|-----------------|---|
| 10.30-12.00     | fit for life                                      |
| 12.00-13.00     | banenzwemmen 25-meterbad + doelgroepenbad         |
| 13.00-15.30     | recreatief zwemmen                                |
| <b>ZATERDAG</b> |   |
| 10.15-10.45     | ouder en kindzwemmen 0-4 jaar                     |
| 11.00-16.00     | recreatief zwemmen (11.00 - 13.00 oefenzwemmen)   |
| <b>ZONDAG</b>   |   |
| 09.00-10.00     | banenzwemmen 2 banen 25-meterbad + doelgroepenbad |
| 10.00-16.00     | recreatief zwemmen (10.00 - 12.00 oefenzwemmen)   |