

**Rooster zwemactiviteiten doelgroepen De Wiltsangh - per 23 maart 2023**

**MAANDAG**

<b>tijd</b>	<b>25 meter bad</b>	<b>doelgroepenbad</b>	<b>recreatiebad</b>
07.00 - 08.30	banenzwemmen		
09.00 - 10.30			
09.30 - 10.15	Mozaiek		
09.30 - 10.30			
10.15 - 11.45			
10.30 - 12.00		Fit for Life (vanaf april)	Fit for Life (vanaf april)
12.00 - 13.00	banenzwemmen		
13.00 - 14.30			
15.30 - 16.15	zwemlessen		
16.15 - 17.00	zwemlessen		
15.30 - 18.00		zwemlessen	BZO
17.15 - 18.00	zwemlessen		
17.15 - 18.00	B lessen + zwemvaardigheden		
18.15 - 19.00		aspiranten	
18.00 - 20.00			
19.30 - 20.00		aquasport - aquarobics	
20.00 - 21.00	aquasport/aquajoggen/trimzwemmen		
20.15 - 21.45			
21.00 - 22.00	banenzwemmen		

**DINSDAG**

<b>tijd</b>	<b>25 meter bad</b>	<b>doelgroepenbad</b>	<b>recreatiebad</b>
07.00 - 08.30	banenzwemmen		
09.00 - 10.00	MBVO		
09.00 - 11.15			ouder en kind

10.15 - 11.45			
12.00 - 13.00	banenzwemmen		
13.00 - 14.30			
13.00 - 15.00			
15.30 - 16.15	zwemlessen	zwemlessen	
16.15 - 17.00	zwemlessen	zwemlessen	
17.15 - 18.00	zwemlessen	zwemlessen	
18.00 - 18.30			PK lessen
18.00 - 22.00			
18.30 - 20.00			Ouder en Kind 2 groepen
20.15 - 21.15		Fit zwanger	

WOENSDAG			
tijd	25 meter bad	doelgroepenbad	recreatiebad
07.00 - 09.15	banenzwemmen		
08.30 - 09.30			
09.30 - 11.45			Ouder en Kind / Fit zwanger
09.30 - 11.30		therapiezwemmen	
12.00 - 13.00	banenzwemmen		
13.00 - 17.00	recreatief zwemmen		recreatief zwemmen
13.00 - 16.00		recreatief zwemmen	
16.30 - 18.30		2 uurslessen	
17.00 - 18.30	2 uurslessen		2 uurslessen
18.00 - 19.00			
18.15 - 19.00		aspiranten	
19.00 - 20.30	aquasport		
19.00 - 21.30		recreatief zwemmen	recreatief zwemmen
20.30 - 21.30			
20.30 - 21.30	banenzwemmen 4 banen		

--	--	--	--

DONDERDAG			
tijd	25 meter bad	doelgroepenbad	recreatiebad
07.00 - 08.30	banenzwemmen		
08.30 - 09.30	MBVO + HIW	MBVO + HIW	
10.00 - 11.00			
10.30 - 12.00			
11.00 - 11.30			
12.00 - 13.00	banenzwemmen		
12.00 - 15.00			
13.00 - 14.30			
15.30 - 18.30			BZO
15.30 - 17.00	zwemlessen		
15.30 - 18.00		zwemlessen	
17.15 - 18.00	zwemlessen		
18.00 - 20.00			
18.15 - 19.00		aspiranten	
19.30 - 21.00			
20.00 - 21.00			
20.00 - 21.00	beter leren banenzwemmen		
21.00 - 22.00	banenzwemmen		

VRIJDAG			
tijd	25 meter bad	doelgroepenbad	recreatiebad
07.00 - 08.30	banenzwemmen		
08.00 - 08.30	gat zwemmen		
08.30 - 10.00		Dames fit	

08.45 - 10.15	Dames fit		
10.30 - 12.00	Fit for life	Fit for life	
12.00 - 13.00	banenzwemmen		
13.00 - 15.30	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen
15.30 - 16.15	afzwemgroep A		
15.30 - 22.30			
16.15 - 17.00	zwemles B		
17.15 - 18.00	zwemles C + volwassenen		
18.00 - 22.00			

ZATERDAG			
tijd	25 meter bad	doelgroepenbad	recreatiebad
07.30 - 08.15	zwemlessen		
08.15 - 09.00	zwemlessen		
08.45 - 09.45			
09.15 - 10.00	zwemlessen		
10.15 - 11.00			
10.15 - 10.45			ouder en kind 2 groepen
11.00 - 16.00	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen
11.00 - 13.00	oefenzwemmen		
16.00 - 17.00			
16.00 - 17.00			

ZONDAG			
tijd	25 meter bad	doelgroepenbad	recreatiebad

08.45 - 09.45			
09.00 - 10.00	banenzwemmen 2 banen		
10.00 - 16.00	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen	recreatief zwemmen
10.00 - 12.00	oefenzwemmen		