

GROEPSLESROOSTER:

Vanaf 6 januari 2020

Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Ma	EXCIO 30	FITNESS										
	HIT 30			ZAAL 1					ZAAL 1			
	BOSU 30				ZAAL 1					ZAAL 1		
	Cycle		Cycle									
	Bal. Pil.								Zaal 2			
	Bodyshape										Zaal 1	
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Di	EXCIO 30		FITNESS				FITNESS					
	Bal. Pil.		Zaal 2									
	SEN. FIT 30					ZAAL 1						
	Per. Pil.								Zaal 2			
	Per. Pil. MAN										Zaal 2	
	Cycle								Cycle			
	Power 2.0								Zaal 1			
	Funky Train										Zaal 1	
	KETTLE BELL 15								FITNESS			
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Wo	EXCIO 30	FITNESS										
	Power Walk	Buiten										
	Cycle									Cycle		
	Kick-it								Zaal 1			
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Do	Cycle		Cycle						Cycle			
	EXCIO 30					FITNESS						
	Per. Pil.								Zaal 2			
	TRX 30								FITNESS			
	Bodyshape								Zaal 1			
	KETTLE BELL 15											FITNESS
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Vr	Bodyshape	Zaal 1										
	EXCIO 30		FITNESS									
	10-AGE FIT							FITNESS				
	HIT 30								FITNESS			
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Za	HIT 30			FITNESS								
Dag	Les	9:00	9:30	10:00	10:30	13:30	14.30	17:00	19:00	19:30	20:00	20:15
Zo	Cycle			Cycle								

Maandag t/m zondag buik/rugspierkwartier 10:30 en 19:30 uur! Reserveren niet nodig
 De lessen in HOOFDLETTERS is reserveren niet nodig.
 Lesduur: 15/30/50 minuten.
 Alle lessen onder voorbehoud van wijzigingen en voldoende aantal deelnemers.