




ZOMERROOSTER

9 juli 2018 tot en met 14 augustus 2018




MAANDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	 CYCLE	Cyclezaal
09:00-09:30	Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness
09:30-10:30	BBB/Fitplus+	Groepsleszaal




Tijd	Les	Locatie
19:00-19:30	HIIT	Groepsleszaal
19:30-20:30	 POWER	Groepsleszaal
19:30-20:30	 CYCLE	Cyclezaal
19:30-20:00	Circuit	Fitness
20:00-20:15	Buikspier/Fitbal	Fitness



DINSDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	Virtual cycle	Cyclezaal
09:00-09:30	Octane Cross Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness


Tijd	Les	Locatie
19:00-20:00	BBB	Groepsleszaal
19:30-20:00	Circuit	Fitness
20:00-20:15	Buikspier/Fitbal	Fitness
20:00-21:00	 YOGA	Groepsleszaal



WOENSDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	 DANCE Fiesta	Cyclezaal
09:00-10:00	 POWER	Groepsleszaal
09:00-09:30	Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness
10:00-11:00	 YOGA	Groepsleszaal




Tijd	Les	Locatie
19:30-20:30	 POWER	Groepsleszaal
19:30-20:00	Octane Cross Circuit	Fitness
19:30-20:30	Bootcamp	Outdoor
20:00-20:15	Buikspier/Fitbal	Fitness
20:00-21:00	 CYCLE	Cyclezaal

DONDERDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-09:30	Octane Cross circuit	Fitness
09:00-10:00	 CYCLE	Cyclezaal
09:30-10:30	BBB/Fitplus+	Groepsleszaal
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness


Tijd	Les	Locatie
19:30-20:00	Circuit	Fitness
19:30-20:30	 CYCLE	Cyclezaal
20:00-20:15	Buikspier/Fitbal	Fitness
20:00-21:00	 YOGA	Groepsleszaal

VRIJDAG


Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	 CYCLE	Cyclezaal
09:00-10:00	 POWER Xpress	Groepsleszaal
09:00-09:30	Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness
10:00-11:00	 YOGA	Groepsleszaal

Tijd	Les	Locatie
09:00-09:30	Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness

ZATERDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	 POWER	Groepsleszaal
09:00-09:30	Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness
10:00-11:00	Yoga	Cyclezaal

ZONDAG

Tijd	Les	Locatie
09:00-10:00	 CYCLE	Cyclezaal
09:00-09:30	Octane Cross Circuit	Fitness
09:30-09:45	Buikspier/Fitbal	Fitness



Openingstijden Fitness:
Maandag t/m donderdag: 08:30-22:00
Vrijdag: 08:30-21:30
Zaterdag en zondag: 08:30-12:30
ZOMERROOSTER: tussen 12:00-17:00 GESLOTEN

	MA	DI	WO	DO	VRIJ	ZA	ZO
Buikspierkwartier/Fitbal 15 min	09:30 20:00	09:30 20:00	09:30 20:00	09:30 20:00	09:30 20:00	09:30	09:30
Circuit 30 min	09:00 19:30		09:00		09:00 19:30	09:00	
Octane Cross Circuit 30 min		09:00		09:00 19:30			09:00