

GROEPSLESROOSTER VANAF 3 OKTOBER

Cycle zaal	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00-10.00							
10.00-10.30							
19.30-20.30							
20.30-21.30							
Aerobicszaal	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00-10.00							
10.00-11.00							
18.45-19.15							
19.15-19.45							
19.30-20.30							
20.30-21.30							
Fitness	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
Ochtend							
09.00 - 9.30							
09.30-10.00	 Core Fitbal	 Core Fitbal	 Core Fitbal		 Core Fitbal		 Core Fitbal
10.00-10.30		Octane Cross Circuit		Octane Cross Circuit			Octane Cross Circuit
10.30-11.00							
11.00-11.30		Fysio FIT					
Avond							
18.30-19.00							
19.00-19.30			Octane Cross Circuit				
19.30-20.00	Octane Cross Circuit		BOOTCAMP				
20.00-20.30	 Core Fitbal	 Core fitbal	 Core Fitbal	 Core fitbal			
20.15-20.45					Octane Cross Circuit		

Streetdance/ kidsswing	donderdag	vrijdag	zaterdag
11:00 – 12:00			
12:00 – 13:00			 Streetdance Hiphop 13+
15:30 – 16:15		Streetdance Kidsswing Streetdance	
16:15 – 17:15	Streetdance 7 -10 Jr. 	 7 -10 Jr.	
17:15 – 18:15	Streetdance 11+ 	Streetdance 10 + 	
17:15 – 18:15			
18:15 – 19:15	 Urban /Hiphop 15+	Urban /Hiphop 12+	

Sportcentrum
Schaapskooi