

Small group rooster



Small group zaal

Vanaf 14 november 2020

TIJD/DAG	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
09.00	Circuit	Circuit	Power	Circuit	Power	Power	Circuit
09.45	Power	Burn	Circuit	Power	Circuit	Bodypump	
10.30							
10.45	Vitaal		Vitaal			Fysiofit	
13.30	Vitaal			Fysiofit Rug/Nek/Schouder			
14.00		Fysiofit Rug/Nek/Schouder					
15.00					Fysiofit Heup/enkel/knie		
16.15					Youngstarz 8-11		
17.00					Youngstarz 12-16		
18.30	Power	Bodypump	Circuit				
19.15	Circuit	Power	Power	Circuit			
20.00	Power	Circuit	Bodypump	Power			
20.45	Fysiofit Rug/Nek/Schouder Fysiofit	Fysiofit Rug/Nek/Schouder		Fysiofit Rug/Nek/Schouder			

“Body & Mind” rooster

Vanaf 14 november 2020



Medisports
health & happiness

Body & Mind zaal

TIJD/DAG	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
09.00			Yoga	Yoga	Yoga	Yoga	
10.00							Pilates
10.30		Pilates	Hotyoga	Hotyoga	Hotyoga		
13.30							
14.30			Kinderyoga				
18.30				Yoga			
19.30	Pilates	Yoga	Zwangerschaps - yoga	Pilates			
20.30	Hotyoga	Hotyoga	Hotyoga	Hotyoga			