



# Lesrooster en openingstijden

## Fysieke groepslessen

Programma	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Circuit B	09:00 uur 10:00 uur 13:30 uur 20:00 uur	09:00 uur 10:00 uur 13:30 uur			09:00 uur 18:00 uur		
Circuit C		19:30 uur	18:30 uur	09:00 uur 19:45 uur 20:45 uur		09:00 uur	
Jeugd Circuit	17:00 uur				17:00 uur		
BBB oef. 15 min.			10:20 uur				
HIIT		20:30 uur	19:30 uur				
Body Pump		18:30 uur	09:00 uur	18:40 uur			
Bokszaktr	20:30 uur	09:00 uur	20:30 uur		20:00 uur		
Spinning/RPM	18:00 uur			10:00 uur	19:00 uur		
Steps	19:00 uur						
Dance mix (SH'B)					19:00 uur		

## Body & Mind lessen

Programma	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Hatha Yoga	10:00 uur		10:40 uur	19:45 uur			
Power Yoga			18:30 uur		09:00 uur		
Klankschalen bad	11:10 uur		11:40 uur				

## Fysio Fitness

Programma	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Fysio Fitness	19:00 uur			10:00 uur			
Inloop spreekuur	11:00 uur			11:00 uur		Vrij blijvend!	

# Zeker Bewegen

Programma	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zeker Bewegen	11:00 uur	11:00 uur		11:00 uur	10:00 uur		
	12:30 uur				11:00 uur		

Vanaf 3 febr. 2020 start boksaktraining op dinsdag om 09:00 uur.

## Openingstijden

**Maandag** 08:00 – 22:00 uur

**Dinsdag** 08:30 – 22:00 uur

**Woensdag** 08:00 – 12:00 uur  
18:00 – 22:00 uur

**Donderdag** 08:30- 12:00 uur  
15:00 – 22:00 uur

**Vrijdag** 08:30 – 12:00 uur  
15:00 – 21:00 uur

**Zaterdag** 09:00 – 12:00 uur

**Zondag** 09:00 – 12:00 uur