

















































Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
 <b>LOOP-TRAINING</b> 08.30-09.30	 <b>PILATES</b> 09.00-10.00	 <b>LOOP-TRAINING</b> 08.30-09.30	 <b>LES MILLS SH'BAM</b> 09.00-09.55	 <b>B'TB</b> 09.00-09.55	 <b>LOOP-TRAINING</b> 08.30-09.30
 <b>B'TB</b> 09.00-09.55	 <b>BODYLINE</b> 09.00-09.55	 <b>BODYPUMP</b> LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS 09.00-09.55	 <b>ACTIVIO</b> 16.30-17.25	 <b>ACTIVIO</b> 09.30-10.25	 <b>STEPS</b> 08.30-09.25
 <b>ACTIVIO</b> 18.00-18.55	 <b>50 PLUS FITNESS</b> 13.45-16.00	 <b>BODYLINE</b> 09.00-09.55	 <b>BODYPUMP</b> LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS 19.00-19.55	 <b>50 PLUS FITNESS</b> 13.45-14.45	 <b>SCHWINN CYCLING</b> 08.30-09.25
 <b>GLADIATOR</b> 18.00-18.30	 <b>ACTIVIO</b> 17.00-17.55	 <b>ACTIVIO</b> 10.15-11.10	 <b>ACTIVIO</b> 19.00-19.55	 <b>50 PLUS FITNESS</b> 15.00-16.00	 <b>PILATES</b> 09.30-10.25
 <b>BODYLINE</b> 19.00-19.55	 <b>SCHWINN CYCLING</b> 19.00-19.55	 <b>LES MILLS SH'BAM</b> 10.15-11.10	 <b>SCHWINN CYCLING</b> 20.00-20.55	 <b>ACTIVIO</b> 19.00-19.55	 <b>BODYPUMP</b> LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS 09.30-10.25
 <b>ZUMBA FITNESS</b> 19.00-19.55	 <b>STEPS</b> 19.00-19.55	 <b>50 PLUS FITNESS</b> 15.00-16.00	 <b>BODY COMBAT</b> 20.00-20.55	 <b>BODY BALANCE</b> 20.00-20.55	 <b>Aikido</b> 12.30-14.00
 <b>BODYPUMP</b> LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS 20.00-20.55	 <b>BODYPUMP</b> LES MILLS BODY TRAINING SYSTEMS 20.00-20.55	 <b>JUDO</b> 18.30-20.00	 <b>ZUMBA FITNESS</b> 20.00-20.55		
 <b>PILATES</b> 20.30-21.25	 <b>BODY COMBAT</b> 20.00-20.55	 <b>BODYLINE</b> 19.00-19.55	 <b>B'TB</b> 20.00-20.55		
 <b>ACTIVIO</b> 21.00-21.55	 <b>ACTIVIO</b> 20.00-20.55	 <b>LES MILLS SH'BAM</b> 19.00-19.55	 <b>GLADIATOR</b> 21.00-21.30		
					<b>Z.O.Z.</b>

Maandag	Dinsdag	Woensdag	
	 21.00-21.55	 20.00-20.55	<p>Bij uitzondering kan een les afwijken van het rooster. Dit in geval van ziekte of te weinig deelnemers. Lessen kunnen dan worden samengevoegd. Natuurlijk kunt u dan ook deelnemen aan een andere activiteit.</p>
		 20.00-21.30	
		 21.00-21.55	
			 <p>Maandag t/m vrijdag van 10.00-10.15 het <b>buikspierkwartier</b>.</p>
			 <p>Maandag t/m vrijdag 09.00 – 11.30 uur</p>

**Openingstijden/ met begeleiding:**

- Maandag 08.30-22.00 uur
- Dinsdag 07.00-22.00 uur
- Woensdag 08.30-12.00 en van 13.00 tot 22.00 uur
- Donderdag 08.30-12.00 en van 16.00 tot 22.00 uur
- Vrijdag 07.00-22.00 uur
- Zaterdag 08.30-14.00 uur

**! Let op:** U dient zich aan te passen aan groepstrainingen en/of eventuele arrangementen die er op de middag (kunnen) zijn.