

GROEPLESSEN

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09:00	FightCom	Zumba	GoXtreme	Buttlift	GoXtreme		
10:00		Power pump	Zumba	Zumba	Fightcom		XCORE
11:00				55+			Zumba
13:00	55+						Femimove
19:00	Xcore	GoXtreme	Buttlift	Fightcom	Powerpump		
20:00	Zumba	TRX	Zumba	Hammer Time	Zumba		
20:30		Zumba					

KOOI LESSEN

10:00	<u>Speedfit</u> Buikspier Kwartier	<u>Speedfit</u> Buikspier Kwartier		<u>Speedfit ?</u> Buikspier Kwartier	<u>Speedfit</u> Buikspier Kwartier		
19:30	<u>Speedfit</u> Buikspier kwartier	<u>Speedfit</u> Buikspier kwartier	<u>Speedfit</u> Buikspier Kwartier				

YOGA LESSEN

10:00	Vinyasa Flow Yoga				Slow Flow Yoga		
20:00			Asthanga				

SPINNING LESSEN

09:00		Spinning			Spinning		
11:00							Spinning
19:00	Spinning		Spinning				

BOKSLESSEN

12:00						Boksen	
18:00			LADY BOKSEN				
19:00	Kickboksen	Boksen	Kickboksen		Kickboksen		
20:00		Boksen		Boksen			

KIDS LESSEN

10:00						Kickboksen	
11:00	Peuter dans		Peuter dans				
12:00							
16:00	Bootcamp	Zumba	Kickboksen				

LADY'S ONLY

09:00		BBB WORKOUT			BBB WORKOUT		
-------	--	-------------	--	--	-------------	--	--



*Lady Only