

ROOSTER GROEPSFITNESS

	ZAAL 1		ZAAL 2	
MA	9.30 uur	Fightclub		
	10.30 uur	Pump special		
	18.00 uur	Bodyshape		
	18.30 uur		18.30 uur	Spinning
	19.00 uur	Step Burner		
	20.00 uur	Kickboxing (90 min)		
	21.00 uur			
DI	7.30 uur	Early-Bird (30 min)		
	9.30 uur	Bodyshape		
	12.30 uur		12.30 uur	Spinning (45 min)
	18.00 uur	Bodyshape		
	18.30 uur		18.30 uur	Spinning
	19.00 uur	Pump special		
	20.00 uur	Fight Club		
WO	9.30 uur	Fight Club		
	10.30 uur	Pump special		
	17.15 uur	(Mat) Pilates (45 min)		
	18.00 uur	Bodyshape		
	18.30 uur		18.30 uur	Spinning
	19.00 uur			
	20.00 uur	Hatha Yoga		
DO	7.30 uur		7.30 uur	Spinning (45 min)
	9.30 uur	Step Go		
	12.30 uur		12.30 uur	Spinning (45 min)
	18.00 uur	Step & Strength		
	18.30 uur	DJ Spin that wheel		
	19.00 uur	Zumba		
	20.00 uur	Kickboxing (90 min)		
VR	9.30 uur	Total body workout		
	10.30 uur	Pump special		
	12.30 uur	Hatha Yoga		
	17.30 uur	Rock Bottom		
ZA	10.00 uur	Bodyshape		
	11.00 uur	Power Yoga		
	12.00 uur	Pump special		
	13.00 uur	Fight Club (90 min)		
ZO	10.00 uur	Zumba Sculpt	10.00 uur	Spinning
	11.00 uur	Step & Strength		
	12.00 uur	Power Yoga (90 min)		
	13.00 uur			



clubsportive