

ROOSTER GROEPSFITNESS

	ZAAL 1		ZAAL 2		FITNESS	
MA	9.30 uur	Bodyshape			10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur	Easysshape			10.20 uur	Boks-kwartier
	18.00 uur	Bodypump			13.00 uur	Buikspierkwartier
	18.30 uur				18.00 uur	Buikspierkwartier
	19.00 uur	Step Move & Groove	19.00 uur	Spinning	19.00 uur	Buikspierkwartier
	20.00 uur	Zumba	20.00 uur	Spinning	19.20 uur	Boks-kwartier
	21.00 uur	(Mat) Pilates			20.00 uur	Buikspierkwartier
DI	9.30 uur				10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur				10.30 uur	Circuit training
	18.00 uur				13.00 uur	Buikspierkwartier
	18.30 uur	Bootcamp			18.00 uur	Buikspierkwartier
	19.00 uur	Rock Bottom			19.00 uur	Buikspierkwartier
	19.30 uur				19.20 uur	Boks-kwartier
	20.00 uur	Yoga	20.00 uur	Spinning	20.00 uur	Buikspierkwartier
	21.00 uur	Kickboxing				
WO	9.30 uur	Bodyshape			10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur	(Mat) Pilates	10.30 uur	Spinning	10.20 uur	Boks-kwartier
	13.00 uur				13.00 uur	Buikspierkwartier
	17.30 uur	Yoga			18.00 uur	Buikspierkwartier
	18.30 uur	Bodypump			19.00 uur	Buikspierkwartier
	19.30 uur	Zumba	19.30 uur	DJ Spin that wheel	19.20 uur	Boks-kwartier
	20.30 uur	Step Go			20.00 uur	Buikspierkwartier
DO	9.30 uur	Bodypump			10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur				10.30 uur	Circuit training
	13.00 uur				13.00 uur	Buikspierkwartier
	18.30 uur		18.30 uur	Spinning	18.00 uur	Buikspierkwartier
	19.30 uur	Bodyshape			19.00 uur	Buikspierkwartier
	20.30 uur	Kickboxing			19.20 uur	Boks-kwartier
					20.00 uur	Buikspierkwartier
VR	9.30 uur	Rock Bottom			10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur				10.20 uur	Boks-kwartier
	13.00 uur				13.00 uur	Buikspierkwartier
	18.00 uur				18.00 uur	Buikspierkwartier
	19.00 uur		19.00 uur	Spinning	19.00 uur	Buikspierkwartier
	20.00 uur	(Mat) Pilates			19.20 uur	Boks-kwartier
					20.00 uur	Buikspierkwartier
ZA	9.30 uur	Bodypump			10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur	Zumba			12.00 uur	Buikspierkwartier
	11.30 uur	Pilates			15.00 uur	Buikspierkwartier
ZO	9.30 uur				10.00 uur	Buikspierkwartier
	10.30 uur	Yoga			12.00 uur	Buikspierkwartier
	11.30 uur		11.30	Spinning	13.00 uur	Circuit training
	15.00 uur				15.00 uur	Buikspierkwartier