

ZOMERROOSTER PRESPOORT

22 juli tot en met 6 augustus 2017

ZAAL

maandag

10:00-10:55 uur ZumbaGold
20:30-21:25 uur Summer Workout

dinsdag:

10:00-10:55 uur FiftyFit
18:45-19:30 uur Pilates
19:30-20:25 uur Summer Workout

woensdag:

09:00-09:45 uur Pilates
10:00-11:00 uur CombiFit

donderdag:

09:00-09:55 uur Summer Workout
10:00-10:55 uur FiftyFit
20:00-20:55 uur FitnessWorkout

vrijdag:

09:30-10:25 uur Summer Workout

zaterdag:

zondag:

09:30-10:25 uur Sunday Surprise
(zie mededelingenbord)

ZWEMBAD

09:00-09:55 uur AquaFit
11:30-12:30 uur AquaFysiek
12:30-13:30 uur AquaFysiek
19:30-20:25 uur AquaSummer
20:30-22:00 uur Sauna

09:00-09:55 uur AquaFit
13:30-14:30 uur AquaFysiek
20:30-21:25 uur AquaSummer

09:30-10:00 uur Ouder&kind 2-4 jr.
10:00-10:30 uur Ouder&kind 0-2 jr.
10:30-11:30 uur CombiFit
18:00-19:00 uur AquaFysiek

11:30-12:30 uur AquaFysiek
19:00-19:55 uur Zwangerschapswemmen
20:00-20:55 uur AquaSummer
21:00-22:00 uur Sauna

09:00-09:55 uur AquaFit
10:00-10:55 uur AquaLow
18:30-20:00 uur Wat-sji-gong (28/7)

09:30-10:00 uur Ouder&kind 3-5 jr.
10:00-10:30 uur Ouder&kind 1,5-3 jr.
10:30-11:00 uur Ouder&kind 0-1,5 jr.

09:00-09:30 uur Ouder & kind 3-5 jr.
09:30-10:00 uur Ouder & kind 0-1,5 jr.
10:00-10:30 uur Ouder & kind 1,5-3 jr.

14 aug tot en met 3 sept 2017

ZAAL

maandag:

20:30-21:25 uur Summer Workout

dinsdag:

10:00-10:55 uur FiftyFit
19:30-20:25 uur Summer Workout

woensdag:

09:00-09:45 uur Pilates
10:00-11:00 uur CombiFit
20:00-20:45 uur Pilates

donderdag:

10:00-11:00 uur FiftyFit
20:00-20:55 uur FitnessWorkout

vrijdag:

09:00-09:55 uur Summer Workout
10:00-10:55 uur ZumbaGold (25/8+1/9)
09:30-10:15 uur Pilates (25/8+1/9)

zaterdag:

09:15-10:45 uur Vrije fitness

zondag:

09:30-10:25 uur Sunday Surprise
(zie mededelingenbord)

ZWEMBAD

09:00-09:55 uur AquaFit
11:30-12:30 uur AquaFysiek
12:30-13:30 uur AquaFysiek
19:30-20:25 uur AquaSummer
20:30-22:00 uur Sauna

09:00-09:55 uur AquaFit
13:30-14:30 uur AquaFysiek
20:30-21:25 uur AquaSummer

09:30-10:00 uur Ouder & kind 2-4 jr.
10:00-10:30 uur Ouder & kind 0-2 jr.
10:30-11:30 uur CombiFit
18:00-19:00 uur AquaFysiek
19:00-19:55 uur AquaFit
20:00-22:30 uur Damessauna

09:00-09:55 uur AquaFit
11:30-12:30 uur AquaFysiek
12:30-13:30 uur AquaFysiek
19:00-19:55 uur Zwangerschapswemmen
20:00-20:55 uur AquaSummer
21:00-22:00 uur Sauna

09:00-09:55 uur AquaFit
10:00-10:55 uur AquaLow
18:30-20:00 uur Wat Sj Gong (25/8)

09:30-10:00 uur Ouder & kind 3-5 jr.
10:00-10:30 uur Ouder & kind 1,5-3 jr.
10:30-11:00 uur Ouder & kind 0-1,5 jr.

09:00-09:30 uur Ouder & kind 3-5 jr.
09:30-10:00 uur Ouder & kind 0-1,5 jr.
10:00-10:30 uur Ouder & kind 1,5-3 jr.



7 t/m 13 augustus gesloten in verband met onderhoud

Vanaf maandag 4 september alle lessen volgens nieuw lesrooster