

GROEPSLESROOSTER

GELDIG VANAF 29 AUGUSTUS 2022



	MASTERCLASS	CYCLECLASS	STUDIO	FITNESS
MAANDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 10.00	07.30 - 08.00
Kinderhoek	10.00 - 10.45	18.30 - 19.15	10.00 - 11.00	09.30 - 10.00
	13.45 - 14.30	19.30 - 20.15	19.30 - 20.30	10.00 - 10.20
	17.30 - 18.15			19.00 - 19.30
	18.15 - 19.15			20.00 - 20.20
	19.15 - 20.00			20.30 - 21.00
	20.00 - 21.00			
	BodyPump	Spinning	Body Flow	Move It
	GO	SCLPT Cycle	Pilates	HIT
	XCORE	Spinning	Pilates	Absolutely Core
	Booty			HIT
	BodyAttack			Absolutely Core
	XCORE			Move It
	BodyPump			
DINSDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	18.30 - 19.15	09.00 - 9.45	10.00 - 10.30
Kinderhoek	10.00 - 10.45	19.30 - 20.15	18.30 - 19.30	19.00 - 19.30
	18.15 - 19.00		19.30 - 20.30	20.30 - 21.00
	19.00 - 19.45			
	20.00 - 20.45			
	XCORE	SCLPT Cycle	Functional Training	HIT
	BRN	Spinning (tot 4 oktober)	Pilates	Ready to Rumble
	XCORE	Cycle Heartbeat (vanaf 4 oktober)	Yin Yoga	Move It
	BRN			
	BodyPump			
WOENSDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.30 - 10.15	09.00 - 09.45	09.00 - 09.30
Kinderhoek	10.00 - 10.45	18.00 - 18.45	19.30 - 20.30	09.30 - 10.00
	18.15 - 19.00			10.00 - 10.20
	19.00 - 19.45			20.00 - 20.20
	20.00 - 20.45			20.30 - 21.00
	Battle	Spinning	Functional Training	HIT
	BodyPump	Spinning	Yoga Flow	Ready to Rumble
	Dance Vibes			Absolutely Core
	BodyPump			Absolutely Core
	Booty			Move It
DONDERDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	19.00 - 19.45	09.30 - 10.30	09.30 - 10.00
Kinderhoek	10.00 - 10.45		20.00 - 21.00	10.00 - 10.20
	17.30 - 18.15			19.00 - 19.30
	18.15 - 19.00			20.00 - 20.20
	19.15 - 20.15			
	XCORE	Spinning (tot 4 oktober)	Ashtanga Yoga	Move It
	Booty	Cycle Heartbeat (vanaf 4 oktober)	Yin Yoga	Absolutely Core
	Battle			HIT
	BodyPump			Absolutely Core
	BodyAttack			
VRIJDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	07.30 - 08.00
Kinderhoek	10.00 - 10.45		10.00 - 11.00	09.00 - 09.30
	18.30 - 19.15			09.30 - 10.00
	19.15 - 20.00			10.00 - 10.20
	BRN	Spinning	Functional Training	Move It
	BodyPump		Yin Yoga	Ready to Rumble
	BRN			HIT
	Dance Vibes			Absolutely Core
ZATERDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.30 - 10.00
Kinderhoek	10.00 - 11.00	10.00 - 10.45	10.00 - 11.00	10.00 - 10.30
	11.00 - 11.45			
	XCORE	SCLPT Cycle	Booty	Move It
	BodyAttack	Spinning	Ashtanga Yoga	Ready to Rumble
	BodyPump			
ZONDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	08.45 - 09.30	10.00 - 11.15	
Kinderhoek	10.00 - 10.45			
	BodyPump	Spinning	Ashtanga Yoga voor gevorderden	
	GO			

Het rooster kan in geval van ziekte of vakantie worden aangepast naar de mogelijkheden die op dat moment beschikbaar zijn. Uiteraard doen wij onze uiterste best om het rooster zoveel mogelijk door te laten gaan als hierboven staat vermeld.