

GROEPSLESROOSTER

GELDIG VANAF 28 AUGUSTUS 2023



MASTERCLASS

09.00 - 10.00	Power
10.00 - 10.45	GO
13.45 - 14.30	XCORE
17.30 - 18.15	Booty
19.30 - 20.15	Xcore
20.15 - 21.15	Power

CYCLECLASS

09.00 - 09.45	Spinning
18.30 - 19.15	SCLPT Cycle
19.30 - 20.15	Spinning

STUDIO

09.00 - 10.00	Body Flow
10.00 - 11.00	Pilates
19.00 - 20.00	Pilates
20.00 - 21.00	Ashtanga Yoga

FITNESS

07.30 - 08.00	Move It
09.30 - 10.00	HIT
10.00 - 10.20	Absolutely Core
19.00 - 19.30	HIT
20.00 - 20.20	Absolutely Core
20.30 - 21.00	Move It

MAANDAG

Openingstijden

07.00 - 22.00

Kinderhoek

08.30 - 11.30

DINSDAG

Openingstijden

08.30 - 22.00

Kinderhoek

08.30 - 11.30

09.00 - 09.45	XCORE
10.00 - 10.45	BRN
13.45 - 14.30	Fit&Shape
18.30 - 19.15	BRN
19.30 - 20.30	Power

18.30 - 19.30	Cycle Heartbeat*
19.30 - 20.30	Cycle Heartbeat

09.00 - 09.45	Funcional Training
19.00 - 20.00	Pilates
20.00 - 21.00	Yin Yoga

10.00 - 10.30	HIT
19.00 - 19.30	Rumble Boksen
20.30 - 21.00	Move It

WOENSDAG

Openingstijden

07.00 - 22.00

Kinderhoek

08.30 - 11.30

09.00 - 09.45	Battle
10.00 - 11.00	Power
17.30 - 18.30	BodyAttack
18.30 - 19.30	Power
19.30 - 20.15	Booty

09.00 - 09.45	SCLPT Cycle
19.30 - 20.15	Spinning

09.00 - 09.45	Functional Training
19.00 - 20.00	Yoga Flow

09.00 - 09.30	HIT
09.30 - 10.00	Rumble Boksen
10.00 - 10.20	Absolutely Core
20.00 - 20.20	Absolutely Core
20.30 - 21.00	Move It

DONDERDAG

Openingstijden

08.30 - 22.00

Kinderhoek

08.30 - 11.30

09.00 - 09.45	XCORE
10.00 - 10.45	Booty
13.45 - 14.30	Fit&Shape
18.30 - 19.15	Battle
19.30 - 20.30	Power

18.30 - 19.30	Cycle Heartbeat*
19.30 - 20.30	Cycle Heartbeat

09.00 - 10.00	Yoga flow
19.00 - 20.00	Yin Yoga

09.30 - 10.00	Move It
10.00 - 10.20	Absolutely Core
19.00 - 19.30	HIT
20.00 - 20.20	Absolutely Core

VRIJDAG

Openingstijden

07.00 - 22.00

Kinderhoek

08.30 - 11.30

09.00 - 09.45	BRN
10.00 - 11.00	Power
18.00 - 18.45	XCORE
19.00 - 20.00	BodyAttack

09.00 - 09.45	Spinning
---------------	-----------------

09.00 - 09.45	Functional Training
10.00 - 11.00	Yin Yoga

07.30 - 08.00	Move It
09.00 - 09.30	Rumble Boksen
09.30 - 10.00	HIT
10.00 - 10.20	Absolutely Core

ZATERDAG

Openingstijden

08.30 - 14.30

09.00 - 09.45	XCORE
10.00 - 10.45	Booty
11.00 - 12.00	Power

09.00 - 09.45	SCLPT Cycle
10.00 - 10.45	Spinning

09.30 - 10.00	Move It
10.00 - 10.30	Rumble Boksen

ZONDAG

Openingstijden

08.30 - 14.30

09.00 - 10.00	Power
10.00 - 10.45	GO

08.45 - 09.30	Spinning
---------------	-----------------

10.00 - 11.15	Ashtanga Yoga
---------------	----------------------

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.

* vanaf 2 november op het rooster