

GROEPSLESROOSTER

GELDIG VANAF JANUARI 2023



	MASTERCLASS	CYCLECLASS	STUDIO	FITNESS
MAANDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 10.00	07.30 - 08.00
	10.00 - 10.45	18.30 - 19.15	10.00 - 11.00	09.30 - 10.00
07.00 - 22.00	13.45 - 14.30	19.30 - 20.15	19.00 - 20.00	10.00 - 10.20
Kinderhoek	17.30 - 18.15			19.00 - 19.30
08.30 - 11.30	18.30 - 19.30			20.00 - 20.20
	19.30 - 20.15			20.30 - 21.00
	20.15 - 21.15			
	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
	10.00 - 10.45	19.30 - 20.15	19.00 - 20.00	19.00 - 19.30
08.30 - 22.00	18.30 - 19.15		20.00 - 21.00	20.30 - 21.00
Kinderhoek	19.30 - 20.15			
08.30 - 11.30				
	XCORE	SCLPT Cycle	Functional Training	HIT
	BRN	Cycle Heartbeat	Pilates	Rumble Boksen
	BRN		Yin Yoga	Move It
	BodyPump			
WOENSDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.30 - 10.15	09.00 - 09.45	09.00 - 09.30
	10.00 - 10.45	19.30 - 20.15	19.00 - 20.00	09.30 - 10.00
07.00 - 22.00	18.30 - 19.15			10.00 - 10.20
Kinderhoek	19.30 - 20.15			20.00 - 20.20
08.30 - 11.30				20.30 - 21.00
	Battle	SCLPT Cycle	Functional Training	HIT
	BodyPump	Spinning	Yoga Flow	Rumble Boksen
	BodyPump			Absolutely Core
	Booty			Absolutely Core
				Move It
DONDERDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	19.30 - 20.15	20.00 - 21.00	09.30 - 10.00
	10.00 - 10.45			10.00 - 10.20
08.30 - 22.00	17.30 - 18.15			19.00 - 19.30
Kinderhoek	18.30 - 19.15			20.00 - 20.20
08.30 - 11.30	19.30 - 20.30			
	XCORE	Cycle Heartbeat	Yin Yoga	Move It
	Booty			Absolutely Core
	Battle			HIT
	BodyPump			Absolutely Core
	BrnX			
VRIJDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	07.30 - 08.00
	10.00 - 10.45		10.00 - 11.00	09.00 - 09.30
07.00 - 22.00	18.30 - 19.15			09.30 - 10.00
Kinderhoek				10.00 - 10.20
08.30 - 11.30				
	BRN	Spinning	Functional Training	Move It
	BodyPump		Yin Yoga	Rumble Boksen
	BRN			HIT
				Absolutely Core
ZATERDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45		09.30 - 10.00
	10.00 - 11.00	10.00 - 10.45		10.00 - 10.30
08.30 - 14.30	11.00 - 11.45			
	XCORE	SCLPT Cycle		Move It
	BodyAttack	Spinning		Rumble Boksen
	BodyPump			
ZONDAG				
Openingstijden	09.00 - 09.45	08.45 - 09.30	10.00 - 11.15	
	10.00 - 10.45			
08.30 - 14.30				
	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.