

Zuid

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Groepslessen 09:00 - 10:00 Body shape 10:00 - 11:00 Pilates 18:00 - 19:00 Body pump 19:00 - 20:00 Pilates 19:30 - 20:30 Spinning 20:00 - 21:00 Hatha flow yoga Fitness 09:00 - 09:45 Circuittraining 10:00 - 10:45 60+ Fit 17:00 - 18:00 Jeugd fitness 19:00 - 19:45 Circuittraining	Groepslessen 09:00 - 10:00 Pilates 09:00 - 09:30 Aquafit 10:00 - 11:00 Shape & balans 19:00 - 20:00 Fat attack 19:00 - 20:00 Spinning 20:00 - 21:00 Spinning Fitness 19:00 - 19:45 Circuittraining 20:00 - 20:45 Circuittraining	Groepslessen 09:00 - 10:00 Spinning 09:00 - 10:00 Zumba 18:00 - 19:00 Pop pilates 19:00 - 20:00 Body pump 20:00 - 20:45 Aquafit Fitness 08:00 - 08:45 Circuittraining 09:00 - 09:45 Circuittraining 10:15 - 11:00 60+ Fit	Groepslessen 09:00 - 10:00 Body pump 10:00 - 11:00 Body shape 18:15 - 19:15 Body shape 19:30 - 20:30 Vinyasa flow yoga 19:30 - 20:30 Spinning Fitness 09:00 - 09:45 Circuittraining 17:00 - 18:00 Jeugd fitness 19:00 - 19:45 Circuittraining 20:00 - 20:45 Circuittraining	Groepslessen 09:00 - 10:00 Body pump 09:00 - 10:00 Spinning 10:00 - 11:00 Pilates 10:30 - 11:15 Spinning beginners Fitness 09:00 - 09:45 Circuittraining 10:00 - 10:30 60+ Fit	Groepslessen 09:00 - 10:00 Body pump 08:30 - 09:30 Spinning 09:30 - 10:30 Spinning 10:00 - 11:00 Zumba Fitness 08:00 - 08:45 Circuittraining 08:45 - 09:30 Circuittraining 09:45 - 10:30 Circuittraining	Groepslessen 09:00 - 10:00 Body pump 09:00 - 10:30 Spinning 10:00 - 11:00 Body balance

Centrum

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Groepslessen 09:00 - 10:00 Body shape 10:00 - 11:00 Pilates 19:00 - 20:00 Pop pilates 20:00 - 21:00 Body pump Kickboks 18:00 - 19:00 Zaktraining 7 t/m 10 jaar 19:00 - 20:00 Zaktraining Volwassenen beginners 20:00 - 21:00 Zaktraining Volwassenen gevorderden	Groepslessen 09:00 - 10:00 Wake up flow yoga 20:00 - 21:00 Zumba Kickboks 16:00 - 17:00 Zaktraining 7 t/m 10 jaar 17:00 - 18:00 Zaktraining 11 t/m 16 jaar 19:00 - 20:00 Zaktraining volwassenen beginners 20:00 - 21:00 Sparren & Techniek volwassenen Gevorderden	Groepslessen 09:00 - 10:00 Body pump 10:00 - 11:00 Pilates 19:00 - 20:00 Pilates 20:00 - 21:00 Body pump Kickboks 17:30 - 18:30 Sparren en Techniek 7 t/m 10 jaar 18:30 - 19:30 Sparren en Techniek 11 t/m 16 jaar 19:30 - 20:30 Zaktraining Volwassenen 20:30 - 21:30 Zaktraining Volwassenen	Groepslessen 19:00 - 20:00 Yoga flow 20:00 - 21:00 Zumba Kickboks 20:00 - 21:00 Sparren & Techniek volwassenen	Groepslessen 09:00 - 10:00 Strong 10:00 - 11:00 pop30/circle30 Kickboks 09:15 - 10:15 Zaktraining 17:00 - 18:00 Zaktraining 7 t/m 10 jaar 18:00 - 19:00 Zaktraining 11 t/m 16 jaar 19:00 - 20:00 Kickboks Gevorderden 11 t/m 16 jaar 20:00 - 21:00 Kickboks Volwassenen	Groepslessen 08:15 - 09:15 Vinyasa flow yoga Kickboks 10:00 - 11:00 Zaktraining Volwassenen 11:00 - 12:00 Zaktraining Volwassenen	Groepslessen 09:00 - 09:45 Circuittraining