

Groepsles Rooster m.i.v. Week 40 (4 oktober 2021)

Reserveren via de Fitnes Fitaal App !!!!

Maandag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
9:15 - 10:00	RPM	Zaal 3 fietszaal
10:15 - 11:00	CX Worx 45 minuten	Zaal 2
18:45 - 19:45	Back 2 Basic	Buiten
18:45 - 19:45	Body Pump	Zaal 2
18:45 - 19:45	Cycling	Zaal 3 fietszaal
19:00 - 20:00	Pilates	Zaal 1
19:15 - 20:15	Steps	Zaal 4
19:45 - 20:45	Body Pump	Zaal 2
20:00 - 21:00	Cycling	Zaal 3 fietszaal

Dinsdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:30 - 10:30	Body Balance	Zaal 1
9:30 - 10:30	Body Pump	Zaal 2 of 4
18:30 - 19:30	Pilates / Yoga	Zaal 1
18:45 - 19:15	Cardio Kickboksen	Zaal 4
19:00 - 19:45	CX Worx 45 minuten	Zaal 2
19:00 - 19:45	RPM	Zaal 3 fietszaal
19:30 - 20:30	Body Combat	Zaal 4

Woensdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
10:15 - 11:15	Pilates / Yoga	Zaal 4
10:15 - 11:15	Body Pump Old School	Zaal 2
18:30 - 19:30	Dance Fitaal	Zaal 4
19:00 - 20:00	Body Pump	Zaal 2

Donderdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:00 - 9:45	RPM	Zaal 3 fietszaal
9:00 - 10:00	Circuit Training	Zaal 2
18:15 - 18:45	Cardio Kickboksen	Zaal 4
18:45 - 19:45	Body Balance	Zaal 1
18:45 - 19:45	Body Combat	Zaal 4
18:45 - 19:45	Body Pump	Zaal 2
20:00 - 20:45	RPM	Zaal 3 fietszaal

Vrijdag

Tijd	Groepsles	Locatie
8:45 - 9:45	Steps	Zaal 4
9:00 - 10:00	Body Balance	Zaal 1
9:00 - 10:00	Body Pump	Zaal 2
9:45 - 10:45	Dance Fitaal	Zaal 4
10:15 - 11:00	CX Worx 45 minuten	Zaal 2

Zaterdag

Tijd	Groepsles	Locatie
9:30 - 10:30	Body Balance	Zaal 2