

# Zwemaanbod Najaar 2020

Melanchtonweg 70, 3052 KV Rotterdam

## Maandag

07:00	- 08:15	<b>Banenzwemmen</b>
09:00	- 09:45	<b>Fifty-fit</b>
10:00	- 12:00	<b>Vrijzwemmen</b>
12:00	- 13:00	<b>Banenzwemmen</b>
13:00	- 15:00	<b>Vrijzwemmen</b>
15:30	- 18:00	<b>Zwem ABC</b>
17:10	- 18:00	<b>Zwemvaardigheid 1,2,3</b>
20:00	- 20:45	<b>Aqua-Robics</b>
21:00	- 22:00	<b>Banenzwemmen</b>

## Woensdag

07:00	- 08:15	<b>Banenzwemmen</b>
07:30	- 08:15	<b>Swimfast</b>
09:00	- 09:45	<b>Fifty-fit</b>
10:00	- 12:00	<b>Vrijzwemmen</b>
12:00	- 13:00	<b>Banenzwemmen</b>
13:00	- 18:00	<b>Zwem ABC</b>
15:30	- 18:15	<b>Snorkelen 1,2,3</b>
19:00	- 20:55	<b>Vrijzwemmen</b>
21:00	- 22:00	<b>Banenzwemmen</b>

## Vrijdag

07:00	- 08:15	<b>Banenzwemmen</b>
12:00	- 13:00	<b>Banenzwemmen</b>
15:45	- 18:15	<b>Zwem ABC</b>

## Zaterdag

09:00	- 13:05	<b>Zwem ABC</b>
-------	---------	-----------------

## Dinsdag (Warmwaterdag)

07:00	- 08:15	<b>Banenzwemmen</b>
09:00	- 09:45	<b>Fifty - Fit</b>
09:00	- 11:00	<b>Baby peuter zwemmen</b>
09:00	- 10:20	<b>Vrijzwemmen 55+</b>
10:30	- 11:50	<b>Vrijzwemmen 55+</b>
12:00	- 13:00	<b>Banenzwemmen</b>
13:10	- 13:55	<b>Fifty - Fit</b>
14:10	- 14:55	<b>Aqua yoga</b>
15:45	- 18:15	<b>Zwem ABC</b>
19:15	- 20:00	<b>Aqua power</b>
20:15	- 21:00	<b>Aqua bootcamp</b>
21:00	- 22:00	<b>Banenzwemmen</b>

## Donderdag

07:00	- 08:15	<b>Banenzwemmen</b>
12:00	- 13:00	<b>Banenzwemmen</b>
15:30	- 18:00	<b>Zwem ABC</b>
17:10	- 17:55	<b>Zwemvaardigheid 1</b>
19:30	- 20:15	<b>Aqua bootcamp</b>
20:30	- 21:15	<b>Aqua yoga</b>
21:00	- 22:00	<b>Banenzwemmen</b>

## Zondag

08:15	- 09:10	<b>Banenzwemmen</b>
08:30	- 09:55	<b>Baby peuter zwemmen</b>
09:15	- 10:10	<b>Banenzwemmen</b>
10:00	- 11:45	<b>Gezinszwemmen</b>
12:00	- 13:45	<b>Gezinszwemmen</b>

\*Alleen in de ronde baden

\*\*\* Bij gezinszwemmen is er - tijdens de geldende openingstijden- toegang mogelijk voor ouders met kinderen. Het betreft maximaal 5 kinderen per begeleider, waarvan minimaal 1 kind jonger dan 12 jaar en maximaal 2 kinderen zonder zwemdiploma. Kinderen die nog geen zwemdiploma hebben mogen ook in het wedstrijdbad verblijven, mits zij drijfmiddelen dragen en onder begeleiding van een volwassene en zwemvaardige begeleider in badkleding.