

Lesrooster

Zaal 1	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00 uur	BODY SHAPE	60 FIT	SH'BAM	BODY SHAPE	60 FIT	BODY SHAPE	
09.30 uur		BODY BALANCE			CORE		
10.00 uur	BODY SHAPE		BODY SHAPE		BODY PUMP	BODY PUMP	BODY PUMP
11.00 uur							BODY ATTACK
18.00 uur		BODY PUMP					
18.30 uur	SH'BAM		GRIT				
19.00 uur		BODY SHAPE	BODY PUMP	STEP'S			
19.30 uur	GRIT						
20.00 uur	BODY PUMP	ZUMBA	BODY ATTACK	BODY PUMP			

Zaal 2	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00 uur						CIRCUIT	
10:30 uur							BOX
18.30 uur	CIRCUIT						
19.00 uur		CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	BOX		
19.30 uur	BOX						
20:00 uur		BOX		BOX			
20.30 uur	BOX						

RPM zaal	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00 uur					RPM		
09.30 uur							RPM
10.00 uur			RPM			RPM	
10.30 uur	RPM						
11:00 uur							RPM
19.00 uur	RPM		RPM	RPM	RPM		
20.15 uur	WATTAGE						
20.30 uur		RPM					

YOGA zaal	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.15 uur	YIN YOGA	YOGA	YIN YOGA	YOGA	VINYASA YOGA		YOGA
10.30 uur	AERIAL YOGA	YIN YOGA	YOGA	AERIAL YOGA	YIN YOGA		YOGA

11.45 uur	YOGA						
12.00 uur			VINYASA YOGA				
13.00 uur	YIN YOGA						
16.00 uur					YOGA		
17.15 uur					VINYASA YOGA		
17.45 uur	VINYASA YOGA						

18.15 uur		YOGA					
18.30 uur			YOGA		YOGA		
19.15 uur	VINYASA YOGA						
19.30 uur		YIN YOGA		AERIAL YOGA			
19.45 uur			YOGA				
20.30 uur	YIN YOGA			YIN AERIAL YOGA			
21.00 uur		AERIAL YOGA					

Fitness zaal	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
19.30 uur	CORE	CORE	CORE	CORE	CORE		