

LESROOSTER

MAANDAG

CROSSFIT
8.00 - 9.00 UUR

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

ZILVERFITNESS
10.00 - 11.00 UUR

ZILVERFITNESS
11.00 - 12.00 UUR

CROSSFIT
17.30 - 18.30 UUR

CROSSFIT
18.30 - 19.30 UUR

CORE
19.30 - 20.15 UUR

STRENGTH
19.30 - 20.30 UUR

BODY BALANCE
20.30 - 21.30 UUR

BOKSEN
20.30 - 21.30 UUR

DINSDAG

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

ZILVERFITNESS
10.00 - 11.00 UUR

CROSSFIT
18.30 - 19.30 UUR

PILATES
18.30 - 19.30 UUR

BOKSZAK TRAINING
19.30 - 20.30 UUR

BODYPUMP + CORE COMBI
20.00 - 21.30 UUR

WOENSDAG

CROSSFIT
8.00 - 9.00 UUR

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

BODYPUMP
9.00 - 10.00 UUR

BODY BALANCE
10.15 - 11.15 UUR

BOKSEN KIDS
15.00 - 16.00 UUR

BOKSEN TEENS
16.00 - 17.00 UUR

CROSSFIT
17.30 - 18.30 UUR

CROSSFIT
18.30 - 19.30 UUR

RUNNING
19.00 - 20.00 UUR

BOKSZAK TRAINING
19.30 - 20.30 UUR

STRENGTH
20.30 - 21.30 UUR

DONDERDAG

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

ZILVERFITNESS
10.00 - 11.00 UUR

ZILVERFITNESS
11.00 - 12.00 UUR

CROSSFIT
17.30 - 18.30 UUR

WEIGHTLIFTING
18.30 - 19.30 UUR

BODYPUMP
20.00 - 21.00 UUR

BOKSZAK TRAINING
20.00 - 21.00 UUR

BODY BALANCE
21.00 - 21.30 UUR (STRETCH)

VRIJDAG

CROSSFIT
8.00 - 9.00 UUR

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

CORE
9.00 - 9.45 UUR

LADIES BOKSEN
10.00 - 11.00 UUR

BODY BALANCE
10.00 - 11.00 UUR

CROSSFIT
18.30 - 19.30 UUR

FITNESS

MAANDAG T/M VRIJDAG
7.00 - 22.00 UUR

ZATERDAG & ZONDAG
8.00 - 17.00 UUR

ZATERDAG

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

BODYPUMP
9.00 - 10.00 UUR

BOKSEN
10.15 - 11.15 UUR

CROSSFIT
10.00 - 11.00 UUR

KRACHT
11.15 - 12.15 UUR

ZONDAG

CROSSFIT
9.00 - 10.00 UUR

RUNNING
9.30 - 10.30 UUR

PILATES
10.00 - 11.00 UUR

CROSSFIT
10.00 - 11.00 UUR

KRACHT
11.00 - 12.00 UUR

POWERYOGA
11.00 - 12.00 UUR

BOKSZAK TRAINING
12.00 - 13.00 UUR