



Groepslesrooster

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Groepszaal							
09:00			BodyShape	BodyBalance	BodyShape	BodyShape	XCO
10:00	BodyPump		BodyPump		BodyPump	BodyPump	BodyJam
11:00	BodyBalance		BodyBalance		BodyBalance	BodyBalance	Barre
11:30							Kickboks
13:30	Yoga				Yoga		
16:00	Kickboks jeugd			Kickboks jeugd			
17:00	Fitness jeugd			Fitness jeugd			
17:30		Yoga					
18:30	BodyCombat	BodyBalance					
18:45				Barre			
19:00			Kickboks				
19:30	BodyShape	BodyJam		BodyCombat	BodyBalance		
20:30	Kickboks	BodyPump	Yoga	BodyPump			
Spinning ruimte							
09:00	RPM				RPM		
10:00							RPM
19:30	RPM	HIIT Cardio		RPM			
Groepszaal 2							
08:00			Move it!				
09:00			Move it!		Move it!		
09:45			Core stability		Core stability		Core stability
10:00					Small group *		Move it!
11:00							
18:30	Small group *						
19:30	Move it!	Small group *	Move it!				

* Toegankelijk voor de deelnemers 'Jouw persoonlijke plan'.