

# RUIM 60 GROEPSLESSEN PER WEEK

Maandag	Les	Locatie
09.00 - 09.30	Spinning (Anita)	Groepsleszaal
09.30 - 10.00	Function Training	Fitness 1
18.00 - 19.00	Spinning (Johan O.)	Groepsleszaal
19.00 - 19.30	Function Training	Fitness 1
19.30 - 20.00	BBB-Training	Fitness 1
20.00 - 20.30	Strakke buik	Fitness 1
20.00 - 21.00	Zumba (Sherelton)	Groepsleszaal
20.00 - 21.00	BootCamp	Buiten
20:30 - 21:00	Rug Training	Fitness 1

Dinsdag	Les	Locatie
09.00 - 09.30	MBVO	Fitness 1
19.00 - 20.00	Pump (Selma)	Groepsleszaal
19.30 - 20.00	Strakke Buik	Fitness 1
20.00 - 20.30	Function Training	Fitness 1
20.00 - 21.00	Spinning (Anita)	Groepsleszaal
21.00 - 22.00	YogaMeditatie (Dessi)	Groepsleszaal

Woensdag	Les	Locatie
09.00 - 10.00	Spinning (Johan O.)	Groepsleszaal
10.00 - 10.30	Function Training	Fitness 1
19.00 - 19.30	Function Training	Fitness 1
19.00 - 19.30	Power Bootcamp (Johan B.)	Buiten
19.30 - 20.00	BBB-Training	Fitness 1
19.30 - 20.30	Spinning (Johan B.)	Groepsleszaal
20.00 - 20.30	Strakke Buik	Fitness 1
20.30 - 21.30	Balance (Rob)	Groepsleszaal
20.30 - 21.00	Boksen	Fitness 1

Donderdag	Les	Locatie
09.15 - 09.45	MBVO	Fitness 1
15:30 - 16:30	HipHop 7 - 10 jaar	Groepsleszaal
16.30 - 17.30	HipHop 11 - 14 jaar	Groepsleszaal
17.30 - 18.30	HipHop v.a. 15 jaar	Groepsleszaal
18.30 - 19.30	Yoga (Uli)	Groepsleszaal
19.30 - 20.30	Zumba (Nicole)	Groepsleszaal
20.00 - 20.30	Function Training	Fitness 1
20.30 - 21.30	Pump (Anja)	Groepsleszaal

Vrijdag	Les	Locatie
09.00 - 10.00	Spinning (Johan O.)	Groepsleszaal
10.00 - 10.30	Function Training	Fitness 1
10.30 - 11.00	Strakke Buik	Fitness 1
11.00 - 12.00	Yoga (Mandy)	Groepsleszaal

Zaterdag	Les	Locatie
10.00 - 11.00	Bootcamp (Johan O.)	Buiten

Zondag	Les	Locatie
09.45 - 10.45	Yoga (Mandy)	Groepsleszaal
10.30 - 11.00	Strakke Buik	Fitness 1
11.00 - 11.30	Function Training	Fitness 1
11.00 - 12.00	Zumba (Milly)	Groepsleszaal
12.00 - 13.00	Spinning (Anita)	Groepsleszaal

**Fysio**  **Fit**

SPORTEN MET EEN GLIMLACH

0594 - 502 111

[www.Fysio-Fit.nl](http://www.Fysio-Fit.nl)