

Rooster

GREENSTARZAAL

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
08.45 uur	HIIT45	HIIT45					
09.00 UUR			TOTALBODY	FIFTY FIT	CORE STRENGTH		
09.30 UUR	YOGA	LESSMILLSCORE			PILATES	BOOTY	
10.00 UUR			BODYPUMP	YOGA		CORE STRENGTH	
10.30 UUR	BOOTY						BODYBALANCE
11.30 UUR							BODYPUMP
18.00 UUR		BODYCOMBAT					
19.00 UUR	STEP&SHAPE	LESSMILLSCORE	BODYPUMP	BODYBALANCE			
		BOOTY					
20.00 UUR	BODYPUMP	PILATES	DANCE&SHAPE				
21.00 UUR		PILATES					

FITNESS ZAAL

TIJDEN	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
09.00- 9.45	20.00 UUR HYROX		18.30 UUR HYROX	20.00 UUR HYROX			10.00 UUR HYROX

SPINNINGZAAL

TIJDEN	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
09.00 UUR	SPINNING			SPINNING		SPINNING	
09.30 UUR							SPINNING
10.30 UUR							
19.00 UUR	RPM						
19.30 UUR		SciptCycle	RPM MIX				

YOGAZAAL BOVENZAAL

TIJDEN	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
19.00 UUR	YOGA						

BOOTCAMP BUITEN

TIJDEN	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
09.00 UUR						Bootcamp Walk start 09.00 uur	
10.30 UUR						Bootcamp Run start 09.15 uur	Outdoor Workout start 10.30 uur
19.30 UUR	Bootcamp Run						