

MAANDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00			CORE CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00			CORE CIRCUIT	
	18.00 - 19.00	PILATES			
	19.00 - 20.00	BODYFORM	SPINNING	CORE CIRCUIT	WOD
	20.00 - 21.00	ZUMBA	BOKSZAKTRAINING	CORE CIRCUIT	WOD
	21.00 - 22.00				
DINSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM			
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00				CROSSBOX KIDS
	18.00 - 19.00				WOD Jeugd
	19.00 - 20.00	BODYFORM	SPINNING		FATBURNER
	20.00 - 21.00	PILATES		CORE CIRCUIT	WOD
WOENSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM			
	10.00 - 11.00			STAY FIT CIRCUIT	
	17.00 - 18.00	BODYFORM			
	18.00 - 19.00	PILATES			
	19.00 - 20.00	HiIT	SPINNING	CORE CIRCUIT	WOD
	20.00 - 21.00	POWER YOGA	BOKSZAKTRAINING		WOD
DONDERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00			CORE CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00				CROSSBOX KIDS
	18.00 - 19.00	BODYFORM			
	19.00 - 20.00	Miv 19-9 COMBAT		FATBURNER	WOD
	20.00 - 21.00	PILATES	SPINNING	CORE CIRCUIT	
VRIJDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	HiIT		CORE CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	STAY FIT			
	17.00 - 18.00			FATBURNER	
	18.00 - 19.00	BODYFORM			WOD Jeugd
	19.00 - 20.00	PILATES			WOD
ZATERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM	SPINNING		
	10.00 - 11.00			BOOTCAMP	WOD
ZONDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	CORE ZAAL	CROSSBOX
	10.00 - 11.00	BODYFORM	SPINNING		WOD
	11.00 - 12.00	POWER YOGA			

### OPENINGSTIJDEN FITNESSZAAL

MA T/M VR	08.30 - 22.00
ZATERDAG	08.30 - 18.00
ZONDAG	09.30 - 18.00

**BODY COMBAT Donderdag 19.00 uur**  
**19 september !!**