

MAANDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00			FULLBODY CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00	BODYFORM			
	18.00 - 19.00	PILATES			
	19.00 - 20.00	BODYFORM	SPINNING	FULLBODY CIRCUIT	POWER PUMP
	20.00 - 21.00	ZUMBA	BOKSZAKTRAINING		WOD
DINSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM			
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00				
	19.00 - 20.00	BODYFORM	BOKSZAKTRAINING	FULLBODY CIRCUIT	WOD
	20.00 - 21.00	PILATES	SPINNING		
WOENSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	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	BODYFORM	SPINNING	FULLBODY CIRCUIT	
	20.00 - 21.00	POWER YOGA	BOKSZAKTRAINING		WOD
DONDERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00			FULLBODY CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	PILATES			
	17.00 - 18.00				
	18.00 - 19.00				Crossbox jeugd
	19.00 - 20.00	PILATES	SPINNING	FULLBODY CIRCUIT	
VRIJDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00			FULLBODY CIRCUIT	
	10.00 - 11.00	STAY FIT			
	17.00 - 18.00				
	18.00 - 19.00	BODYFORM			
	19.00 - 20.00	POWER PUMP			WOD
ZATERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00		SPINNING		
	10.00 - 11.00			FULLBODY CIRCUIT	
ZONDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	SPORTHAL	CROSSBOX
	10.00 - 11.00	BODYFORM	SPINNING		WOD
	11.00 - 12.00	POWER YOGA			

**OPENINGSTIJDEN FITNESSZAAL**

MA T/M VR	08.30 - 21.00
ZATERDAG	08.30 - 12.00
ZONDAG	08.30 - 12.00

- Voor alle groepslessen moet men reserveren via de website.
- Voor de fitness hoeft dat niet. Blijf niet langer dan 1,5 uur in de fitness en gebruik cardiomachines alleen voor opwarmen. Intensieve cardiolessen graag voorlopig buiten afwerken.
- Houdt ten allen tijde 1,5 meter afstand.
- Handdoek is verplicht en apparatuur na gebruik schoonmaken.
- Mondkapje voor bij binnenkomst. Tijdens sporten mag het af.