



Monique Lubbers

1-7-2024

Van Schaikweg 61
7811 KK Emmen

Tel: 06-25056472
info@happysports.nl
www.happysports.nl

MAANDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	FULLBODY			
	10.00 - 11.00	PILATES			
	18.00 - 19.00	PILATES			
	19.00 - 20.00	BODYFORM	CORE CIRCUIT		WOD
	20.00 - 21.00	ZUMBA	BOKSZAKTRAINING		WOD
DINSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM			
	10.00 - 11.00	PILATES			
	19.00 - 20.00	BODYFORM	SPINNING	CORE CIRCUIT	WOD
	20.00 - 21.00	PILATES			HYROX
WOENSDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	07.00 - 08.00				WOD
	09.00 - 10.00	FULLBODY			
	10.00 - 11.00	STAY FIT			
	17.00 - 18.00				CORE CIRCUIT
	18.00 - 19.00	BOOTY & AB'S			
	19.00 - 20.00	BODYFORM	BODY PUMP		WOD
	20.00 - 21.00	VIBEN!	BOKSZAKTRAINING		HYROX
DONDERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	FULLBODY			
	18.00 - 19.00	BODYFORM			
	19.00 - 20.00	CORE CIRCUIT	SPINNING		WOD
	20.00 - 21.00	PILATES			
VRIJDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	07.00 - 08.00				WOD
	09.00 - 10.00	FULLBODY			CORE CIRCUIT
	10.00 - 11.00	STAY FIT			
	17.00 - 18.00				JEUGD WOD
	18.00 - 19.00				POWER CIRCUIT
	19.00 - 20.00				WOD
ZATERDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00	BODYFORM	SPINNING		WOD
	10.00 - 11.00				CORE CIRCUIT
ZONDAG	TIJD	AEROBICZAAL	SPINNINGZAAL	COREZAAL	CROSSBOX
	09.00 - 10.00				HYROX
	10.00 - 11.00	BODYFORM	SPINNING		WOD

OPENINGSTIJDEN FITNESSZAAL

Ma tm Vr	08.00 - 21.00
Zaterdag	08.00 - 18.00
Zondag	08.30 - 18.00