

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-10.00 (*) Body Boost LOW	09.00-10.00 Body Boost HIGH & LOW	09.30-10.30 (*) Steps	09.00-10.00 (*) Spinning	08.45-09.45 (*) Bodyshape	08.00-09.00 Spinning	
	10.00-11.00 Spinning	10.30-11.30(*) Essentrics	10.15-11.15 Sweat BBB (NIEUW) Vanaf 16 mei	09.45-10.45 Keepfit 55+	09.15-10.15 (*) Pilates	10.00-11.00 Essentrics
		12.30-13.15 Judo 5-6 jaar			10.00-11.00 (*) Body Boost Beach (Buiten)	
		13.15-14.00 Judo 7-8 jaar			10.15-11.15 Sweat BBB (NIEUW) Vanaf 18 mei	
		14.00-15.00 Judo 9+ jaar		15.00-15.30 Tuimeljudo 3-5 jaar		
	15.30-16.00 Tuimeljudo 3-5 jaar (Nieuw)	16.15-17.15 Karate 6+		15.45-16.45 Judo 6-12 jaar		
	16.15-17.15 Judo 6-12 jaar	17.15-18.15 Zelfverdediging Jiu-jitsu 10-16 jaar		17.00-18.00 Kickboksen 7-13 jaar		
17.00-18.00 Jeugdfitness 12-16 jaar	17.15-18.15 Judo Junior/senior	19.00-20.00 Sweat BBB (NIEUW)	17.15-18.15 Power Yoga (incl. meditatie)	18.00-19.00 Judo Junior/Senior		
19.00-20.00 Essentrics (NIEUW)	19.00-20.00 Steps	19.00-20.00 PowerWalking (Buiten)	19.00-20.00 Tae Bo Challenge	19.00-20.00 Kickboksen Junior/Senior		
20.00-21.00 Body Boost TOTAAL	20.00-21.00 Bodyshape	20.00-21.00 Pilates	20.00-21.00 Spinning	19.00-20.00 Jeugdfitness 12-16 jaar		
21.00-22.00 Spinning			21.00-22.30 Volleybal gemengd			

Wijzigingen / Mededelingen

Nieuwe judotijden woensdagmiddag

12.30 - 13.15 (5-6 jaar)
13.15 - 14.00 (7-8 jaar)
14.00 - 15.00 (9+ jaar)

Sweat BBB 19.00

Start Body Boost Beach 5 oktober

