****

 **Openingstijden:**

Zomerrooster 10 juli t/m 20 augustus 2017

**Maandag**

09.00 – 10.00 Total Body
10.00 – 11.00 Circuit training

19.30 – 20.00 Grit

19.30 – 20.30 BBB Bootcamp

20.30 – 20.45 Buikspierkwartier

20.00 – 21.00 Body Pump

**Dinsdag**

09.00 – 10.00 Rug training

10.00 – 11.00 Medisch fitness

19.00 – 20.00 Modern

19.00 – 20.00 Body Shape

19.30 – 20.30 Bootcamp

20.00 – 20.45 XCO

20.00 – 21.00 Zumba

20.30 – 20.45 Buikspierkwartier

20.45 – 21.30 Kickboksen

**Woensdag**

09.00 – 10.00 Body Pump

10.00 – 10.45 XCO

*(op 11,13,18,19,20,25,26,27 juli & 1,2,3,8,10, 15,17 augustus via inschrijfformulieren)*

10.00 – 11.00 Body Balance

19.00 – 20.00 Steps/pump

19.00 – 20.00 WOW circuittraining
20.00 – 20.45 Kickfun
20.00 – 21.00 Spinning
20.30 – 21.30 Rug training
20.30 – 20.45 Buikspierkwartier

**Maandag: 8.30 – 23.00 uur**

**Dinsdag: 8.30 – 13.00 uur**

 **13.00 – 17.00 uur GESLOTEN
 17.00 – 23.00 uur**

**Woensdag: 8.30 – 23.00 uur**

**Donderdag: 8.30 – 13.00 uur
 13.00 – 17.00 uur GESLOTEN**

 **17.00 – 23.00 uur**

**Vrijdag: 8.30 – 23.00 uur**

**Zaterdag: 8.30 – 23.00 uur**

**Zondag: 8.30 – 16.00 uur**

 **19.00 – 21.00 uur (Ladies Fitness)**

**Donderdag**

09.00 – 10.00 55+ fitness

10.00 – 11.00 Rug training

19.00 – 20.00 Body Combat

19.15 – 20.00 XCO

20.00 – 20.15 Buikspierkwartier

20.15 – 21.15 Streetdance

**Vrijdag**

09.00 – 10.00 Body pump

10.00 – 11.00 Kickfun

19.00 – 19.30 Grit

19.30 – 20.30 Body Jam

20.30 – 20.45 Buikspierkwartier

**Zaterdag**

09.30 – 10.30 Body Pump

10.30 – 11.30 Body Balance

**Zondag**

10.00 – 11.00 Body Pump

11.00 – 11.30 Grit

11.00 – 12.00 High Intensity Yoga

11.00 – 12.00 WOW circuittraining

12.00 – 12.15 Buikspierkwartier

19.00 – 21.00 Ladies Only Fitness