

# Zomerrooster 2019 Fit & Relax Opmeer

## Van 15 juli t/m 24 augustus

Maandag	16.00 - 22.00 uur	Fitness
	19.00 – 20.00 uur	Indoor Cycling
	19.00 – 20.00 uur	Bootcamp
	20.00 – 21.00 uur	Zumba
	20.15 – 21.15 uur	Fit-Cross *
Dinsdag	16.00 – 22.00 uur	Fitness
	19.00 – 20.00 uur	Steps
	20.00 – 21.00 uur	Indoor Cycling
Woensdag	09.00 - 12.00 uur	Fitness
	16.00 – 22.00 uur	Fitness
	19.00 – 20.00 uur	Fit-Cross *
Donderdag	16.00 – 22.00 uur	Fitness
	19.00 – 20.00 uur	B Kick
	20.00 – 21.00 uur	Fit-Cross *
Vrijdag	16.00 – 21.00 uur	Fitness
	19.00 – 20.00 uur	Fit-Cross *
	20.00 – 21.00 uur	Pilates

\* bij voldoende deelnemers

Zaterdag	09.00 – 12.00 uur	Fitness
	09.15 – 10.15 uur	Bootcamp
	09.15 – 10.15 uur	Indoor Cycling *
	10.15 – 11.15 uur	Fit Cross *



Check de site voor meer info: [www.fitenrelax.nl](http://www.fitenrelax.nl)