

Zomer rooster 2020

Van 06 juli t/m 15 augustus

BELANGRIJK!! LEES HET PROTOCOL
VOORDAT JE KOMT



Maandag	09.15 – 10.15 uur	Steps BBB
	10.30 – 11.30 uur	Body fit
	18.45 – 19.35 uur	Fit-Cross Teens 13 t/m 18 jr.
	19.00 – 19.50 uur	IC-Indoor Cycling
Dinsdag	20.10 – 21.00 uur	Fit-Cross
	20.00 – 20.50 uur	Rhythm
	19.00 – 19.50 uur	Steps
	20.15 – 21.05 uur	IC-Indoor Cycling
Woensdag	10.30 – 11.30 uur	Pilates
	19.00 – 19.50 uur	Fit-Cross
	20.10 – 21.00 uur	Fitness Bootcamp
	20.15 – 21.05 uur	IC-Indoor Cycling*

Donderdag	19.00 – 19.50 uur	Fit-Cross
	19.10 – 20.00 uur	BKick
	20.00 – 20.50 uur	Fit-Cross
Vrijdag	09.15 – 10.45 uur	IC-Indoor Cycling + kracht oef.
	18.30 – 19.20 uur	Fit-Cross Teens 13 t/m 18 jr.
	19.30 – 20.20 uur	Fit-Cross
Zaterdag	20.00 – 21.00 uur	Pilates
	09.00 – 10.00 uur	Fitness Bootcamp
	09.15 – 10.15 uur	IC-Indoor Cycling
Fitness	10.30 – 11.30 uur	Fit-Cross
	Ma-Wo-Za	09.00 – 12.00 uur
	Ma-Di-Wo-Do	15.00 – 21.30 uur
	Vr	15.00 – 21.00 uur

* Bij voldoende deelnemers

Check de website voor meer informatie www.fitenrelax.nl / Volg ons op Insta