

groepslessenrooster vanaf 1 september 2019

Dag	Geopend	Aerobiczaal	Spinning	Fitness begeleiding
MAANDAG Kinderopvang	07:00-22:00 08:45-11:30	08:00 Pilates MenOnly 09:00 Bodyshape 10:00 Buikkwartier 10:15 Pilates 11:15 Easyshape 19:00 Pilates 20:00 PowerPump	09:00 20:00	09:00-13:00 09:00 Circuit 18:00-22:00
DINSDAG	08:00 -22:00	09:00 Step 10:15 Pilates 19:00 HIIT	19:30	09:00-13:00 10:00 Circuit
WOENSDAG Kinderopvang	08:00-22:00 08:45-11:30	08:00 Pilates MenOnly 09:00 PowerPump 09:30 Aquafit 10:00 Buikkwartier 10:15 Pilates 19:00 Pilates 20:00 CrossPower	09:00 20:00	09:00-13:00 18:00-22:00
DONDERDAG	08:00 -22:00	09:00 Yoga 10:15 Step <i>basic</i> 19:30 PowerPump		09:00-13:00 09:00 circuit 18:00-22:00
VRIJDAG Kinderopvang	08:00-21:00 08:45-11:30	09:00 Bodyshape 09:30 Aquafit 10:00 Buikkwartier 10:15 Pilates	09:00	09:00-13:00 09:00 circuit 12:00 S Group 19:30 PowerHour 18:00-21:00
ZATERDAG Kinderopvang	08:30-14:00 08:45-11:30	09:00 PowerPump 10:00 Stretchkwartier 10:30 Yoga	09:00	11:00-14:00
ZONDAG Kinderopvang	08:30-15:00 08:45-12:00	09:00 CrossPower 10:00 Buikkwartier 10:15 Bodyshape 11:30 Yoga	09:00	10:00-15:00

Family Fitness, Schapendrift 62, Laren tel: 035-5386141

