

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG	
7.00-7.30	Warmtecabine		Warmtecabine					7.00-7.30
7.30-8.00	Warmtecabine		Warmtecabine					7.30-8.00
8.00-8.30	Warmtecabine		Warmtecabine			Warmtecabine	Warmtecabine	8.00-8.30
8.30-9.00	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Pilates	Powerwalking	Warmtecabine	8.30-9.00
			ÓF Circuittraining F&F					
9.00-9.30	Jumping Fitness	Warmtecabine	Jumping Fitness	Warmtecabine	Pilates	Powerwalking	Jumping Fitness	9.00-9.30
			Powerwalking					
9.30-10.00	Warmtecabine		Warmtecabine		Dance Fever	Circuittraining F&F	Bootcamp	9.30-10.00
	ÓF Circuittraining F&F		ÓF Circuittraining F&F		Warmtecabine			
10.00-10.30	Warmtecabine		Aerobic		Dance Fever	Warmtecabine	Bootcamp	10.00-10.30
	ÓF Circuittraining F&F		Warmtecabine		Warmtecabine			
10.30-11.00	Warmtecabine		Aerobic		Pounds	Jumping Fitness	Warmtecabine	10.30-11.00
	ÓF Circuittraining F&F		Warmtecabine				ÓF Circuittraining F&F	
							ÓF Meditatie	
11.00-11.30						Warmtecabine	Warmtecabine	11.00-11.30
						ÓF Circuittraining F&F	ÓF Circuittraining F&F	
							ÓF Meditatie	
11.30-12.00						Warmtecabine	Warmtecabine	11.30-12.00
						ÓF Circuittraining F&F	ÓF Circuittraining F&F	
18.00-18.30	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine				18.00-18.30
	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F	Dance Fever	Jumping Fitness				
18.30-19.00	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine				18.30-19.00
	Jumping Fitness	Circuittraining F&F	Dance Fever	Circuittraining F&F				
19.00-19.30	Warmtecabine	Warmtecabine	Bootcamp	Circuittraining HIIT	Meditatie			19.00-19.30
	Circuittraining HIIT	Jumping Fitness	Pounds					
			Powerwalking					
19.30-20.00	Warmtecabine	Warmtecabine	Bootcamp	Circuittraining F&F	Meditatie			19.30-20.00
	Circuittraining F&F	Pounds	Jumping Fitness					
			Powerwalking					
20.00-20.30	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Jumping Fitness				20.00-20.30
	Circuittraining F&F	Jumping Fitness	Circuittraining F&F					
20.30-21.00	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine				20.30-21.00
	Jumping Fitness	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F					
21.00-21.30	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine				21.00-21.30
	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F	ÓF				
				Circuittraining F&F				
21.30-22.00	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine	Warmtecabine				21.30-22.00
	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F	Circuittraining F&F	ÓF				
				Circuittraining F&F				

WARMTECABINE	MAXIMAAL 3 PERSONEN
CIRCUIT F&F	MAXIMAAL 8 PERSONEN
CIRCUIT HIIT	MAXIMAAL 8 PERSONEN
JUMPING FITNESS	MAXIMAAL 8 PERSONEN
POUNDS	MAXIMAAL 8 PERSONEN
PILATES	MAXIMAAL 10 PERSONEN
DANCE FEVER	MAXIMAAL 10 PERSONEN
AEROBIC	MAXIMAAL 10 PERSONEN
BOOTCAMP	
POWERWALKING	
MEDITATIE	MAXIMAAL 5 PERSONEN / 1e WEEKEND VAN DE MAAND

30-11-2018