

# KICKBOXING & GROEPSLESSEN

# ROOSTER



Groepslessen						
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
9:00-10:00	Small group circuit		Small group Circuit		Latin Dance	
10:00-11:00	Fit+		Fit+			
17:00-18:00			Sport & Spel Jeugd			
18:00-19:00	Pilates		Pilates	Pole Fitness Jeugd 10+		
19:00-20:00	Pump it	XCORE	Pump It	Step up		
19:30-20:30			Pole Fitness			
20:00-21:00		Move Your Body	Zumba			
20:15-21:15	Buikspier Kwartier 20:15-20:30	Tai Chi	Buikspier Kwartier 20:15-20:30	Buikspier Kwartier 20:15-20:30		

Kickboksen						
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
9:00-10:00			Cardioboksen			
10:15-11:15						Kickboksen 15+
16:00-17:00		Kickboksen 6-10 Jaar		Kickboksen 6-10 Jaar		
17:00-18:00		Kickboksen 10-14 Jaar		Kickboksen 10-14 Jaar		
19:00-20:00		Kickboksen 15+		Kickboksen 15+	Cardioboksen	
20:15-21:15	Beginners Kickboksen		Boksen			

Hyrox			
	Maandag	Woensdag	Donderdag
16:00-17:00	Hyrox Jeugd 10+	Hyrox Jeugd 10+	
20:00-21:00	Hyrox 18+		Hyrox 18+

## Openingstijden

Ma t/m do 8.30-22.00

Vrij. 8.30-21.00

Zat. 9.00-13.00

Zon. 9.30-12.00