

# KICKBOXING & GROEPSLESSEN

# ROOSTER 2025



## Groepslessen

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	
9:00-10:00					Modern line dance	
10:00-11:00	Fit+		Fit+			
17:00-18:00			Sport & Spel Jeugd	Dansschool Anais		
18:00-19:00	Pilates		Pilates	Dansschool Anais		
18:45-19:30					Pole Fitness	
19:00-20:00	Pump it	XCORE	Pump It	Step up		
20:00-21:00	Modern line dance	Move Your Body	Dansschool Anais	Dansschool Anais		

## Kickboksen, Boksen, Cardioboksen en Tai Chi

	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		
18:00-19:00					Cardioboksen	
19:00-20:00		Kickboksen 15+		Kickboksen 15+	Cardioboksen	
20:15-21:15	Beginners Kickboksen	Tai Chi	Boksen			

## Hyrox

	Maandag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
9:00-10:00	Hyrox Circuit Training			Hyrox Circuit Training
16:00-17:00	Hyrox Jeugd 10+	Hyrox Jeugd 10+		
20:00-21:00	Hyrox 18+		Hyrox 18+	

## Openingstijden

Ma-Do. 7:00-22:00

Vrij. 7:00-21.00

Zat. 9:00-13:00

Zon. 9:00-13:00