

GROEPSLES ROOSTER April 2019

OPENINGSTIJDEN	SOORT LES	LESTIJDEN
MAANDAG 07.30-13.00 UUR 16.00-21.00 UUR	Buikspieren Core Power 30 min Hatha Yoga Cross Core	09.00-09.15 UUR 09.15-09.45 UUR 18.30-19.45 UUR 20.00-21.00 UUR
DINSDAG 08.00-13.00 UUR 16.00-21.00 UUR	Buikspieren Core Power 45 min Buikspieren Core Power 30 min Boksen	09.00-09.15 UUR 09.15-10.00 UUR 18.45-19.00 UUR 19.00-19.30 UUR 19.45-20.45 UUR
WOENSDAG 07.30-13.00 UUR 16.00-21.00 UUR	Small Group Hatha Yoga Fresh Balance Boksen Bootcamp	08.15-08.35 UUR 09.00-10.15 UUR 18.30-19.30 UUR 19.45-20.45 UUR 19.45-20.45 UUR
DONDERDAG 08.00-13.00 UUR 16.00-21.00 UUR	Latin Dance Buikspieren Core Power 30 min Body Shape Pilates	08.45-09.45 UUR 10.00-10.15 UUR 10.15-10.45 UUR 18.30-19.30 UUR 20.15-21.00 UUR
VRIJDAG 07.30-19.00 UUR	Small Group Gentle Flow Yoga Cross Core Stress Release Wandelen Men's strenght	08.15-08.35 UUR 09.00-10.15 UUR 10.30-11.30 UUR 12.00-13.00 UUR 16.30-17.30 UUR
ZATERDAG 08.00-13.00 UUR	Buikspieren Core Power 30 min Yoga	09.15-09.30 UUR 09.30-10.00 UUR 11.00-12.15 UUR
ZONDAG 08.00-13.00 UUR	Buikspieren Core Power 45 min	09.15-09.30 UUR 09.30-10.15 UUR