

Fitness rooster vanaf 1 januari 2019

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
8.00 – 9.00						8:30: Yoeri
9.00 – 10.00	Back in Shape				Dennis	9:30: Circuit
10.00 – 11.00	Back in Shape				Back in Shape	
11.00 – 12.00		Dennis			Dennis	
12.00 – 13.00						
13.00 – 14.00		Dennis				
14.00 – 15.00						
15.00 – 16.00		15.00 – 16.00 fysio copd		15.00 – 16.00 fysio copd		
16.00 – 17.00						
17.00 – 18.00						
18.00 – 19.00			Dennis			
19.00 – 20.00			Back in shape			
20.00 – 21.00						

	is gesloten
	is <u>alleen</u> voor begeleid trainen abonnees
	is voor vrij trainen

* Zaterdag: 8.30-9.30: Begeleid trainen
9.30-10.30: Circuit training