

Hoofdrooster 2023 (met uitzondering van de schoolvakanties)

Activiteiten	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
<u>Recreatief zwemmen</u>							
Banenzwemmen	09.00-11.30 WB 13.00-15.00 WB	07.00-11.30 WB 19.00-20.00 WB ¹ 19.00-22.00 WB	09.00-11.30 WB 20.30-22.30 WB	07.00-11.30 WB 13.00-15.00 WB 20.30-22.30 WB ⁵	09.00-11.30 WB 13.00-15.00 WB		10.00-12.00 WB
Familiezwemmen							09.00-14.00RB/DB
Recreatief zwemmen binnenbad			13.00-16.30 RB				12.00-14.00RB/WB
Vrij zwemmen 50+	11.15-12.30 RB/DB			11.15-12.30 RB/DB			
Ouder & Kind vrijzwemmen					09.00-11.00RB		
Disco zwemmen					19.15-21.30RB/DB ²		
<u>Zwemlessen</u>							
Jip's BabyPeuter zwemmen	09.00-11.00 RB		09.00-11.00 RB	09.00-11.00 RB			
Jip's Particuliere zwemlessen Zwem-ABC	15.45-18.45	15.45-18.45	14.30-18.15	15.45-18.45	15.45-18.45	08.45-13.45	
Jip's Particuliere zwemles ABC kleine groep			13.30-14.15		15.00-15.45		
Particuliere zwemlessen Zwemvaardigheid				18.00-18.45			
Oefenzwemmen 1,2,3,4,B,C, snorkelen en zwemvaardigheid							14.00-15.00
Snorkelen				19.00-19.45			
Zwemles voor volwassenen en tieners		19.00-20.30	11.00-11.45				
<u>Doelgroepen</u>							
Zwemmen voor Senioren		09.00-11.00	09.00-11.00	09.00-11.00			
Zwangerschapswemmen				19.45-20.30			
Therapie zwemmen		13.00-13.45			11.00-11.45		
Reuma Aqua Fit		13.45-14.30			10.00-10.45		
Zwemmen met een beperking		18.00-20.15					
<u>Aqua Lessen</u>							
Aqua Fifty Fit	14.15-15.00			13.00-13.45			
Aqua Bootcamp	19.45-20.30						
Aqua BBB	20.30-21.15						
Auqa Cross Fit							
Aqua Techniek Borstcrawl	21.15-22.00						
Kids Aqua Power			18.15-19.00				
Aqua Fitness				20.30-21.15			
Aqua Joggen			20.30-21.15				
Aqua Fitness / Shape			19.45-20.30				
Aqua Varia					09.00-09.45		

1. Twee banen voor ouders met kinderen, minimaal diploma

2. eerste vrijdagavond van de maand van oktober t/m juni. Zwemdiploma verplicht. 7 t/m 12 jaar. Ouders / begeleiders in zwemkleding

5. Tot 21.45 uur zijn er 3 banen beschikbaar voor het banenzwemmen

versie 11 - 9 - 2023