

	MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG		
TIJD	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2
08.45	CIRCUIT TRAINING				BODY WORKOUT			50+ FIT			LES MILLS BODYPUMP®	
09.15	De Circuit Training wordt buiten gegeven!		INDOOR CYCLING						INDOOR CYCLING			
10.00		PILATES			LES MILLS BODYPUMP®			LES MILLS BODYBALANCE™			PILATES	
11.15		50+ FIT										
17.45					LES MILLS BODYPUMP®			LES MILLS BODYPUMP®			LES MILLS BODYBALANCE™	
19.00		LATIN DANCE		De Circuit Training wordt buiten gegeven!		CYCLING EXTREME		BODY WORKOUT			LES MILLS BODYPUMP®	
19.15				CIRCUIT TRAINING	LATIN DANCE							
19.30	CROSS BOXING		INDOOR CYCLING						INDOOR CYCLING			
20.15		LES MILLS BODYBALANCE™		CROSS BOXING				LES MILLS GRIT			LES MILLS BODYBALANCE™	
20.30					YOGA							
21.00								LES MILLS BODYPUMP®	Deze Bodypump les duurt 45 minuten!			
	VRIJDAG			ZATERDAG			ZONDAG			Bijzonderheden		
TIJD	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	Bokszaal of Buiten	STUDIO 1	STUDIO 2	 Virtual Spinning kan gereserveerd worden via de Sportlink. RESERVERING VERPLICHT Voor alle lessen dient vooraf gereserveerd te worden. Dit kan via de Sportlink die je ontvangt per mail. Zonder reservering is deelnemen helaas niet toegestaan! 		
08.45		50+ FIT			LES MILLS BODYPUMP®			LES MILLS BODYBALANCE™				
09.00	LES MILLS GRIT		INDOOR CYCLING			INDOOR CYCLING						
09.45	De grit les wordt buiten gegeven!								INDOOR CYCLING			
10.00		LATIN DANCE			LES MILLS BODYBALANCE™			LES MILLS BODYPUMP®				
11.15		YOGA						LES MILLS BODYBALANCE™				