

AEROBICS (Theater 1) MAAND DECEMBER 2018				SPINNING (Theater 2) MAAND DECEMBER 2018				SMALL GROUP CROSSFIT BOOTCAMP (Theater 3) MAAND DECEMBER 2018			
DAG	VAN	TOT	GROEPSLES	DAG	VAN	TOT	GROEPSLES	DAG	VAN	TOT	GROEPSLES
MAANDAG	09.15	10.15	B.B.B.B *	MAANDAG	09.15	10.15	<i>Spinning</i>	MAANDAG	09.00	09.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	10.15	10.30	<i>Buikspier Kwartier</i>						09.30	09.50	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	18.45	19.30	BOKSFIT *		19.30	20.30	<i>Spinning *</i>		11.00	11.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	19.30	20.30	<i>Total Body Work Out *</i>						19.00	19.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	20.30	21.30	<i>Yoga</i>						20.00	20.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
DINSDAG	19.00	20.00	<i>Zumba *</i>	DINSDAG	19.30	20.30	<i>Spinning *</i>	DINSDAG	09.00	09.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	20.00	21.00	<i>Body Strength *</i>						19.00	19.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
									20.00	20.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
WOENSDAG	09.00	10.00	<i>Zumba</i>	WOENSDAG	09.15	10.15	<i>Spinning</i>	WOENSDAG	09.00	09.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	10.00	10.15	<i>Buikspier Kwartier</i>						09.30	09.50	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	19.30	20.30	<i>Body Power *</i>						11.00	11.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	20.30	21.30	<i>Yoga Flow</i>						19.00	19.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
									20.00	20.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
DONDERDAG	19.30	20.30	<i>Zumba *</i>	DONDERDAG	19.30	20.30	<i>Spinning *</i>	DONDERDAG	09.00	09.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	20.30	21.15	BOKSFIT * OPEN WORKOUT						19.00	19.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
									20.00	20.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
VRIJDAG	09.15	10.15	<i>Body Power</i>	VRIJDAG	09.15	10.15	<i>Spinning *</i>	VRIJDAG	09.00	09.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
	10.15	10.30	<i>Buikspier Kwartier</i>						10.00	10.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
									11.00	11.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
ZATERDAG	xx.xx	xx.xx	GEEN LES	ZATERDAG	xx.xx	xx.xx	GEEN LES	ZATERDAG	10.00	10.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
ZONDAG	10.30	10.45	<i>Buikspier Kwartier</i>	ZONDAG	09.15	10.15	<i>Spinning</i>	ZONDAG	10.00	10.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>
									11.00	11.20	<i>SMALL GROUP CROSSFIT</i>

*LET OP: Muntjes voor een groepsles (1 p.p.), worden vanaf 30 minuten voor aanvang van de les uitgedeeld bij de receptie.

*De lessen vinden doorgang bij minimaal 3 deelnemers of meer.

*Om misverstanden te voorkomen is deelname aan een les van aanvang les tot einde les.