

Groepslesrooster

Parkeerplaats

Fitnesszaal

Baan 10

maandag

9:30	Pilates	9:30	Fitcircuit	19:00	Small Group Workout
11:15	Senioren Fitness			20:00	Small Group Workout
19:00	Fitcircuit	18:30	Jeugdfitness	21:00	Small Group Workout
20:00	Bodyshape				

Dinsdag

9:30	Yoga	9:30	Fitcircuit	17:30	Small Group Workout
12:00	Kettlebell				
19:00	Fitcircuit				

Woensdag

9:30	Total Body Workout	8:30	Pilates	17:00	Small Group Workout
10:30	Seniorenfitness			18:30	Small Group Workout
11:15	Seniorenfitness			19:30	Small Group Workout
19:00	Yoga	18:30	Jeugdfitness	20:30	Small Group Workout
20:15	Cardioboksen	20:15	Zumba		

Donderdag

19:30	Bodyshape	18:30	Jeugdfitness	17:00	Small Group Workout
		19:30	Fitcircuit	20:45	Small Group Workout

Vrijdag

8:15	Fitcircuit				
9:30	Total Body Workout				
10:45	Seniorenfitness				

Zaterdag

9:00	Yoga	9:30	Activitywalk*		
10:15	Zumba	10:00	Ons Tweede Thuis		
		11:15	Steps		

Zondag

11:00	Cardioboksen	9:00	Jeugdfitness		
-------	--------------	------	--------------	--	--

*Activitywalk vindt plaats in het Haarlemmermeerse bos bij Pappa's Beachhouse