

Ochtend lessen

TIJD	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00	Synrgy 360	Body Shape	Synrgy 360	Body Shape	Synrgy 360		
			BodyPump Les Mills		BodyPump Les Mills		
9.30						Spinning	Synrgy 360
10.00	Lady's Bootyboxing	Pilates		Pilates			
10.15	Synrgy 60+		Synrgy 60+				
10.30							Zumba

Avond lessen

TIJD	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag		
17:00							
18:00		Kids/Jeugd boxing		Kids/Jeugd boxing			
18.30	Lady's Bootyboxing		Bokszaktraining				
18.45							
19.00	Spinning	Kickboxing		Kickboxing	Synrgy 360		
	Synrgy 360			Spinning	Bokszaktraining		
19.15		Funtional interval					
19.30	Kickboxing sparren	Synrgy 360	Synrgy 360	Synrgy 360			
			Lady's Bootyboxing				
19.45							
20.00	BodyPump Les Mills	Zumba		Zumba			
20.15	Synrgy 360						