

Ochtend lessen

TIJD	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00	Synrgy 360		Synrgy 360	BBBB	Synrgy 360		
			BodyPump Les Mills		BodyPump Les Mills		
09.30						Spinning	Synrgy 360
10.00	Lady's Bootyboxing	Hatha Yoga		Pilates			
10:30						Zumba Steps	
10.15	Synrgy 60+		Synrgy 60+				

Avond lessen

TIJD	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag		
17:45		Kids/Jeugd boxing					
18.30	Lady's Bootyboxing		Bokszaktraining	Kids/Jeugd boxing	Selectie kidsboxing		
18:30		Selectie kidsboxing					
19.00							
19.00	Spinning			Kickboxing			
19:00	Synrgy 360			Spinning	Bokszaktraining		
19.30							
19.30	Kickboxing sparren	Synrgy 360	Synrgy 360	Synrgy 360			
19.30		Kickboxing	Strong Nation				
20.00		Zumba	Lady's Bootyboxing	Zumba			
20.15							
20.15	BodyPump Les Mills						
	Synrgy 360						