

UURROOSTER



MAKE FITNESS YOUR LIFESTYLE
LIFE STYLE FITNESS

Maandag

Dinsdag

Woensdag

Donderdag

Vrijdag

Zaterdag

19u00-20u00
Pilates

19u00-20u00
Challenge

19u00-20u00
Zumba

19u00-20u00
Pilates

19u00-20u30
Yoga

20u00-21u00
BBB

20u00-21u00
Spinning

20u00-21u00
Insanity

20u00-21u00
Spinning

11u00-12u00
Zumba



Gewichtsverlies, cardio en aflijning
Neem deel aan de lessen in het rood



Krachttraining, aflijnen en verstevigen
Neem deel aan de lessen in het blauw



Lichaamsstabilisatie en ontspanning
Neem deel aan de lessen in het groen

