

TIJDENLIJST

vanaf 1 maart 2010



Openingstijden

Maandag t/m donderdag*	: 08.30 – 21.30 uur	(* woensdag vanaf 07.00 uur geopend)
Vrijdag	: 08.30 – 20.00 uur	
Zaterdag	: 08.30 – 12.00 uur	
Zondag	: 10.00 – 12.00 uur	

Groepsfitness

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00							
10.00							
10.15							
10.30							
13.30		Seniorenfitness					
17.15							
18.00							
18.15							
19.00							
19.15							
20.15							

Fitness & Aandacht

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
08.30			Circuit 1 60 min.				
09.00	Circuit 2 50 min.	Circuit 1 60 min.			Circuit 1 60 min.		
09.30			BBB 30 min				
17.45	Circuit 2 50 min.	Circuit 2 50 min.			Circuit 2 50 min.		
19.30	BBB 20 min	Circuit 1/2 30 min.					

Fitness & Vrouw

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00			Circuit 3 30 min.				
19.00	Circuit 3 30 min.						

Fitness & Uitgaan

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
14.30-16.30		Jeugdfitness 12 t/m 15 jaar			Jeugdfitness 12 t/m 15 jaar		

In de Buitenlucht

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
08.30						'n Blokje Om 90 min.	
09.00						Recr.hardlopen 60 min.	