

TIJDENLIJST

vanaf 6 september 2010

FITNESS & LES

Maandag

09.00 - 09.50	RPM
10.00 - 10.45	XCO
13.30 - 14.15	BodyStep
18.00 - 18.40	RPM*
18.45 - 19.45	BodyPump
19.45 - 20.30	Zumba
20.30 - 21.30	BodyBalance

Dinsdag

09.00 - 10.00	BodyBalance
10.00 - 11.00	BodyVive
17.15 - 18.00	BodyCombat
18.00 - 19.00	BodyPump
19.00 - 19.45	BodyStep
19.45 - 20.35	RPM
20.45 - 21.30	XCO

Woensdag

09.00 - 09.50	RPM
10.00 - 11.00	BodyPump
17.15 - 18.00	XCO
18.00 - 18.50	RPM
19.00 - 19.45	BodyCombat
19.45 - 20.30	BodyPump*
20.30 - 21.20	RPM

Donderdag

08.45 - 09.30	BodyStep
09.30 - 10.30	BodyVive
18.00 - 18.45	BodyPump*
18.45 - 19.30	BodyStep
19.30 - 20.30	BodyBalance
20.30 - 21.30	RPM**

Vrijdag

09.00 - 10.00	BodyPump
10.00 - 10.50	RPM
18.00 - 18.50	RPM
19.00 - 19.45	Zumba

Zaterdag

09.15 - 10.00	Zumba
10.15 - 11.15	BodyBalance

Zondag

10.30 - 11.20	RPM
---------------	-----

FITNESS & FILM

Maandag

08.30 - 13.30	Concert
13.30 - 14.30	Virtual Spinning
14.30 - 17.00	Concert
17.00 - 18.00	Virtual Spinning
18.00 - 20.30	Concert
20.30 - 21.30	Virtual Spinning

Dinsdag

08.30 - 15.00	Concert
15.00 - 16.00	Virtual Spinning
16.00 - 21.30	Concert

Woensdag

07.00 - 08.00	Virtual Spinning
08.00 - 21.30	Concert

Donderdag

08.30 - 09.30	Virtual Spinning
09.30 - 21.30	Concert

Vrijdag

08.30 - 14.00	Concert
14.00 - 15.00	Virtual Spinning
15.00 - 20.00	Concert

Zaterdag

08.30 - 09.30	Virtual Spinning
09.30 - 12.00	Concert

Zondag

10.00 - 12.00	Concert
---------------	---------

FITNESS & CIRCUIT

Maandag

09.00 - 09.50	Circuit
17.45 - 18.35	Circuit
19.30 - 20.00	BBB
20.15 - 21.05	Circuit

Dinsdag

09.00 - 10.00	Circuit
17.45 - 18.35	Circuit
19.30 - 20.00	Circuit (30 min)

Woensdag

08.30 - 09.30	Circuit
09.30 - 10.00	BBB

Donderdag

19.00 - 19.50	Circuit
---------------	---------

Vrijdag

09.00 - 10.00	Circuit
17.45 - 18.35	Circuit

FITNESS & UITGAAN

Maandag t/m Vrijdag

12.00 - 18.00	Jeugdfitness [12 t/m 15 jaar]
---------------	----------------------------------

FITNESS & BUITEN

Zaterdag

08.30 - 10.00	'n Blokje Om
09.00 - 10.00	Recreatief hardlopen

Openingstijden

Maandag t/m donderdag*	08.30 - 21.30
Vrijdag	08.30 - 20.00
Zaterdag	08.30 - 12.00
Zondag	10.00 - 12.00

*Woensdag vanaf 07.00 geopend



WWW.DRW-FITNESSCENTRUM.NL
TELEFOON (0548) 611066

