

# lesrooster

	M	D	W	D	V	sunday
	09.00-10.00 Step	09.00-10.00 Step BBB	09.00-10.00 Total Body	09.00-10.00 Fantasy hour	09.00-10.00 Cardio Easy	
		09.00-09.45 SPINNING <i>Virtual</i>		09.00-09.45 CIRCUIT		
		09.00-09.45 CIRCUIT				
		09.45-10.00 Buiktraining				10.15-11.00 SPINNING <i>Virtual</i>
	10.00-10.45 SPINNING	10.00-11.00 Zumba		10.00-11.00 Perfect Pilates	10.00-10.45 SPINNING	10.15-12.15 Tai chi )*
aerobicszaal			16.30-17.30 Streetdance <i>demoteam</i>		16.30-17.30 Streetdance 7 t/m 10 jr	
			17.30-18.30 Streetdance vanaf 11 jr.		17.30-18.30 Streetdance 11 t/m 13 jr.	
	18.00-19.00 Powerstep	18.00-19.00 BBB		18.00-19.00 Powerpump		
			18.30-19.30 Zumba		18.30-19.30 Zumba	
spinningzaal	19.00-19.45 SPINNING	19.00-19.45 SPINNING	19.00-19.45 SPINNING	19.00-19.45 SPINNING	19.00-19.45 SPINNING <i>Virtual</i>	
	19.00-20.00 Powerpump	19.00-20.00 Step		19.00-20.00 Body Mix		
fitnesszaal	19.30-19.45 Buiktraining	19.45-20.00 Buiktraining	19.30-20.30 Total Body			
	20.00-20.45 SPINNING <i>Virtual</i>	20.00-20.45 SPINNING		20.00-20.30 Buiktraining + TECHNIEK	20.00-20.15 Buiktraining	
budo	20.00-21.00 Zumba	20.00-21.30 Tai chi )*		20.00-21.00 Perfect Pilates		
		20.00-21.00 After work boxing	20.30-21.30 Perfect Pilates	20.00-21.00 After work boxing		

)\* Voor het volgen van Tai chi is een apart abonnement nodig, proefles = gratis