

Zomerrooster maandag 12 juli t/m zondag 22 augustus '10

Openingstijden

Open maandag t/m donderdag 09.00-12.00 en 16.30-21.30 uur
Vrijdag 09.00-12.00 en 16.30-21.00 uur
Zaterdag en zondag 10.00-12.15 uur

Fitness

maandag t/m vrijdag 09.00-12.00 en 16.30-21.00 uur
zaterdag en zondag 10.00-12.00 uur

Aerobics

maandag	09.00-10.00	Step
	19.00-20.00	Powerpump
dinsdag	20.00-21.00	Zumba
	09.00-10.00	Step BBB
	09.00-09.45	Circuit (fitnesszaal)
	10.00-11.00	Zumba
	18.30-19.30	BBB / BodymiXXL
woensdag	19.30-20.30	Step
	09.00-10.00	Total Body
	18.30-19.30	Zumba
donderdag	19.30-20.30	Total Body
	09.00-10.00	Fantasy Hour
	19.00-20.00	Body Mix
	20.00-21.00	Perfect Pilates
vrijdag	20.00-21.00	After Work Boxing
	09.00-10.00	Cardio Easy

Streetdance

woensdag	16.30-17.30	Streetdance 7 t/m 10 jaar
	17.30-18.30	Streetdance vanaf 11 jaar

Spinning

maandag	10.00-10.45 uur	<i>Virtual</i>
	19.00-19.45	
dinsdag	09.00-09.45	<i>Virtual</i>
	19.00-19.45	
woensdag	19.00-19.45	<i>Virtual</i>
donderdag	19.00-19.45	
vrijdag	10.00-10.45	
zondag	10.15-11.00	<i>Virtual</i>

Tai chi

dinsdag	20.00-21.00 uur
zondag	10.15-11.45 uur

Karate -> **via Karate-do Chikara**

Judo -> **via Judo Winschoten**