



		08.30	09.00	09.30	10.00	10.30	11.00	11.30	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30	21.00	21.30		
			09.15	09.55	10.25	10.55	11.25			19.15	19.25		20.25		21.25		
maandag	ZAAL 1	<b>HIIT</b> Joan		<b>Pump &amp; Shape</b> Joan		<b>Pilates</b> Larissa			<b>Zumba</b> Hanneke		<b>Pump!</b> Marian		<b>Power Yoga</b> Marian		ZAAL 1	maandag	
	ZAAL 2			<b>KeepFit</b> Nonna					BK*		<b>Bodyshape</b> Nathasja		<b>Yin Yoga</b> Gerda		ZAAL 2		
	ZAAL 3										<b>Spinning</b> Dick				ZAAL 3		
dinsdag	ZAAL 1	<b>Bodyshape</b> Lucien							<b>Yoga&amp;Nidra</b> Marjan		<b>Bodyshape</b> Marja		<b>Yin Yang Yoga</b> Marja		ZAAL 1	dinsdag	
	ZAAL 2										<b>Kick</b> Inge				ZAAL 2		
	ZAAL 3										<b>Spinning</b> Dick				ZAAL 3		
woensdag	ZAAL 1	<b>Bodyshape</b> Nonna		<b>Flow &amp; Pilates</b> Nonna					<b>Yin Yoga</b> Mirjam		<b>Zumba</b> Delano		<b>Pilates</b> Gerda		ZAAL 1	woensdag	
	ZAAL 2										<b>Pump!</b> Laura		<b>Yin Yoga</b> Laura		ZAAL 2		
	ZAAL 3														ZAAL 3		
donderdag	ZAAL 1	<b>Bodyshape</b> Lea		<b>Keep Fit</b> Nonna					<b>Zumba</b> Marlijn/Elaine		<b>Bodyshape</b> Marja		<b>Pilates</b> Marja		ZAAL 1	donderdag	
	ZAAL 2										<b>Pump!</b> Marian		<b>Yin Yoga</b> Marian		ZAAL 2		
	ZAAL 3										<b>Spinning ***</b>				ZAAL 3		
	OUTDOOR														Outdoor		
vrijdag	ZAAL 1	<b>HIIT</b> Joan		<b>Pump &amp; Shape</b> Joan		<b>Pilates</b> Elvira									ZAAL 1	vrijdag	
	ZAAL 2	BK*				<b>Yin Yoga</b> Marian									ZAAL 2		
	ZAAL 3														ZAAL 3		
zaterdag	ZAAL 1	<b>Power Yoga</b> Marian		<b>Bodyshape</b> Petra/Marian											ZAAL 1	zaterdag	
	ZAAL 3			<b>Spinning</b> Joan											ZAAL 3		
zondag	ZAAL 1			<b>Bodyshape</b> Marian/Nathasja/Lea		<b>Pilates</b> Elvira/Marian									ZAAL 1	zondag	
	ZAAL 2					<b>Yin Yoga **</b> Christa									ZAAL 2		
	ZAAL 3			<b>Spinning</b> Mourad											ZAAL 3		

\* Buikspier kwartier

\*\* ledere eerste zondag van de maand 75 minuten yin&nidra

\*\*\* Voor deze les zoeken we een instructeur - Tijdelijk geen les