

VAKANTIEROOSTER

Aerobiczaal / Groepslessen

Voor de aerobicszaal zijn de lessen t/m 1 augustus ongewijzigd.

Geen Seniorenfit op maandag en woensdag van: 26 juli t/m 5 september.

Van 2 t/m 8 augustus (week 31)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag | Zondag |
|-------|-------------|------------|------------|-------------|-------------|--------|
| 09:15 | Senior Gym | Senior Gym | Senior Gym | Steps | Senior Gym | |
| 10:15 | Combi Fit | Body-Shape | Combi Fit | Body-Shape | PowerY-Pil. | Zumba |
| 18:00 | | | | | Steps | |
| 19:00 | Thai Bo | Body-Shape | Aerobic | Combi Fit | Zumba | |
| 20:00 | Aerobic | Thai Bo | Zumba | Body-Power | | |
| 21:00 | PowerY-Pil. | Combi-Fit | Zumba | PowerY-Pil. | | |

Van 9 t/m 29 augustus (week 32+33+34)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag | Zondag |
|-------|---------|---------|----------|-----------|---------|--------|
| 10:15 | | | | | | Zumba |
| 18:00 | | | | | Steps | |
| 19:00 | | | Aerobic | | Zumba | |
| 20:00 | | | Zumba | | | |
| 21:00 | | | Zumba | | | |

Op zondag 29 augustus wel ZUMBA van 10.15-11.15 en van 11.15-12.15 uur

Van 30 augustus t/m 5 september (week 35)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag | Zondag |
|-------|-------------|------------|----------|-------------|-------------|--------|
| 10:15 | | | | Body-Shape | PowerY-Pil. | |
| 10:15 | | | | | Zumba | Zumba |
| 11:15 | | | | | | Zumba |
| 18:00 | | | | | Steps | |
| 19:00 | Thai Bo | Body-Shape | Aerobic | Combi Fit | Zumba | |
| 20:00 | Aerobic | Thai Bo | Zumba | Body-Power | | |
| 21:00 | PowerY-Pil. | Combi Fit | Zumba | PowerY-Pil. | | |

VAKANTIEROOSTER

Cycle - Fit

t/m 24 juli zijn de Cycle-Fit ongewijzigd.

Van 25 juli t/m 5 september is er geen Cycle-Fit op zondag.

Van 26 juli t/m 1 augustus (week 30)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 09:15 | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit |
| 19:00 | | Cycle-Fit | | | |
| 20:00 | | Cycle-Fit | | | |

Van 2 augustus t/m 8 augustus (week 31)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 9:15 | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit |
| 19:00 | | Cycle-Fit | | | |
| 20:00 | | Cycle-Fit | | | |

Van 9 augustus t/m 15 augustus (week 32)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 9:15 | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit |
| 19:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | | |
| 20:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | | |

Van 16 augustus t/m 22 augustus (week 33)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|---------|-----------|-----------|---------|
| 19:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | | |
| 20:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | | |

Van 23 augustus t/m 29 augustus (week 34)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|---------|-----------|-----------|---------|
| 19:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | Cycle-Fit | |
| 20:00 | Cycle-Fit | | Cycle-Fit | Cycle-Fit | |

Van 30 augustus t/m 5 september (week 35)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 09:15 | | | | Cycle-Fit | Cycle-Fit |
| 19:00 | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | |
| 20:00 | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | Cycle-Fit | |

VAKANTIEROOSTER

STRAC / SWITCHING

t/m 1 augustus zijn de Strac/Switching lessen ongewijzigd.

Van 2 t/m 8 augustus (week 31)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 09:15 | Strac | Strac | Strac | Strac | Strac |
| 09:45 | Switching | Switching | Switching | Switching | Switching |
| 10:15 | Strac | Strac | Strac | Strac | |
| 19:00 | Strac | | Strac | Strac | |
| 19:30 | Switching | | Strac | Switching | |
| 20:00 | Strac | | Switching | Strac | |

Van 9 t/m 15 augustus (week 32)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|----------|-----------|---------|
| 19:00 | Stac | Strac | | | |
| 19:30 | Switching | Switching | | | |
| 20:00 | Strac | Strac | | | |

Van 16 augustus t/m 22 augustus (week 33)

GEEN LESSEN

Van 23 augustus t/m 29 augustus (week 34)

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------|
| 19:00 | Strac | Strac | Strac | Strac | |
| 19:30 | Switching | Switching | Strac | Switching | |
| 20:00 | Stac | Stac | Switching | Strac | |

Van 30 augustus t/m 5 september (week 35)

| | | | | | |
|-------|-----------|-----------|-----------|-----------|--|
| 09:15 | Strac | Strac | Strac | | |
| 09:45 | Switching | Switching | Switching | | |
| 10:15 | Stac | Stac | Stac | | |
| 19:00 | Strac | Strac | Strac | Strac | |
| 19:30 | Switching | Switching | Strac | Switching | |
| 20:00 | Stac | Stac | Switching | Stac | |