

Maandag

Fitnesszaal

09.00-09.30 We Move
09.30-09.50 We Core
16.15-17.15 FIT's
17.00-18.00 Cool2Move
19.30-20.00 We Move
20.00-20.30 We Core

Groepszaal 1

09.00-10.00 TONE
10.00-11.00 Yin Yoga (1x per maand, vraag info)
18.15-19.15 Body Pump
19.00-20.00 Nidra Yoga (1x per maand, vraag info)
19.15-20.00 SH'BAM
20.00-20.30 GRIT
20.30-21.30 Body Balance

Groepszaal 2

09.00-10.00 RPM
19.00-19.30 We Walk
19.30-20.30 RPM
20.30-21.30 Virtual Spinning

Outdoor

10.30-11.30 XCO walking

Dinsdag

Fitnesszaal

09.00-09.30 We Move
09.30-09.50 We Core
19.00-19.35 TRX Training
19.35-19.55 We Core

Groepszaal 1

09.00-10.00 Bodypump
10.00-11.00 Wenters Fit & Vitaal
19.00-20.00 Body Attack
20.00-20.45 Xcore

Groepszaal 2

19.30-20.30 RPM

Outdoor

Woensdag

Fitnesszaal

09.00-09.35 TRX Training
09.35-10.00 We Core
11.00-13.00 NAH training
19.50-20.10 We Core

Groepszaal 1

09.00-10.00 Wenters Fit & Vitaal
10.00-11.00 Bodybalance
17.00-18.00 Taekwondo < 13
18.30-19.00 GRIT
19.00-20.00 Bodypump
20.00-21.00 Hatha Yoga

Groepszaal 2

09.00-10.00 RPM
10.00-11.00 Virtual Spinning
19.00-19.45 We Walk

Outdoor

Donderdag

Fitnesszaal

08.30-09.00 We Move
15.00-17.00 NAH Training
19.00-19.35 TRX Training
19.35-19.55 We Core

Groepszaal 1

08.00-09.00 Rugtraining
09.00-09.45 Xcore
18.45-19.30 Xcore
20.15-21.15 TONE

Groepszaal 2

20.00-21.00 RPM

Outdoor

18.45-19.45 XCO walking /
running

Vrijdag

Fitnesszaal

09.00-09.30 We Move
09.30-09.50 We Core
16.00-18.00 Cool2Move

Groepszaal 1

09.00-09.45 SH'BAM
10.00-11.00 Wenters Fit & Vitaal
18.30-19.30 Bodypump
19.30-20.30 Taekwondo > 13
19.30-20.30 Hatha Yoga (Cesar ruimte)

Groepszaal 2

09.00-10.00 RPM
10.00-11.00 Virtual Spinning

Outdoor

Zaterdag

Fitnesszaal

11.00-11.30 We Move

Groepszaal 1

09.00-10.00 BodyBalance
10.00-11.00 Buitenyoga (1x per maand, vraag info)

Groepszaal 2

Outdoor

Zondag

Fitnesszaal

10.00-10.30 We Move

Groepszaal 1

11.00-12.00 Bodypump

Groepszaal 2

10.30-11.30 RPM
11.30-12.30 Virtual Spinning

Outdoor