

Lessenrooster 2023

Maandag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u00-17u00	X	X
17u15-18u15	Yoga	X
18u30-19u30	Fatburn	X
19u45-20u45	X	HIIT
20u00-21u00	Shape boxing	X

Dinsdag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u00-17u00	X	X
17u30-18u30	Step Aerobic	X
18u45-19u45	BBB	Bokszak
20u00-21u00	Fatburn	HIIT

Woensdag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u45-09u45	Yoga	X
10u00-11u00	Fatburn	X
11u00-12u00	Step aerobic	X
17u30-18u30	Fatburn	X
18u45-19u45	Yoga	X
20u00-21u00	Shape boxing	HIIT

Donderdag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u00-17u00	X	X
17u30-18u30	X	X
18u45-19u45	Step Aerobic	X
20u00-21u00	Shape jumping	HIIT

Vrijdag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u45-09u45	Yoga	X
10u00-11u00	Fatburn	X
11u00-12u00	Step Aerobic	X
17u30-18u30	Fatburn	X
18u45-19u45	Bokszak	HIIT

Zaterdag		
Tijdsslot	Zaal boven	Zaal beneden
08u30-09u30	Yoga	X
09u45-10u45	BBB	HIIT
11u00-12u00	Fatburn	X