

# LESROOSTER

HEALTHTIME GROEPSLESSEN • FYSIOFITNESS • BEWEEGPROGRAMMA

per 2 januari 2019

Dag	FysioFitness / Bewegprogramma	HealthTime Groepslessen
<b>Maandag</b> Open van 07.00 tot 21.00 uur	11.00 - 12.00 <b>FysioFitness</b> <i>Cindy</i> 17.00 - 18.00 <b>FysioFitness</b> <i>Cindy</i> 19.00 - 20.00 <b>Bewegprogramma</b> <i>Cindy</i>	09.00 - 10.00 <b>Functional Performance</b> <i>Mark</i> 10.00 - 11.00 <b>Sportief Wandelen</b> <i>Mark</i> 10.00 - 11.00 <b>Women Only</b> <i>Cindy</i> 17.45 - 18.45 <b>Relax &amp; Breathe</b> <i>Sandra</i> 20.00 - 21.00 <b>Pilates</b> <i>Cheryl</i>
<b>Dinsdag</b> Open van 07.00 tot 21.00 uur	07.30 - 08.30 <b>FysioFitness</b> <i>Cindy</i> 09.00 - 10.00 <b>FysioFitness</b> <i>Cindy</i> 10.00 - 11.00 <b>Bewegprogramma</b> <i>Nicole</i> 17.30 - 18.30 <b>FysioFitness</b> <i>Mark</i> 18.30 - 19.30 <b>FysioFitness</b> <i>Mark</i>	10.00 - 10.30 <b>BBB (op aanvraag)</b> <i>Mark</i> 17.00 - 18.00 <b>Relax &amp; Breath</b> <i>Sandra</i> 19.30 - 20.30 <b>HIIT (via aanmelding)</b> <i>Simon</i>
<b>Woensdag</b> Open van 07.00 tot 21.00 uur	16.00 - 17.00 <b>FysioFitness</b> <i>Mark</i>	09.00 - 10.00 <b>Functional Performance</b> <i>Mark</i> 18.15 - 19.00 <b>BoksFIT</b> <i>Simon</i> 19:30 - 20:30 <b>Yoga*</b> <i>Rianne</i>
<b>Donderdag</b> Open van 07.00 tot 21.00 uur	09.00 - 10.00 <b>FysioFitness</b> <i>Joyce</i> 10.00 - 11.00 <b>FysioFitness</b> <i>Joyce</i> 11.00 - 12.00 <b>Bewegprogramma</b> <i>Joyce</i> 17.30 - 18.30 <b>FysioFitness</b> <i>Joyce</i> 18.30 - 19.30 <b>Bewegprogramma</b> <i>Cindy</i>	09.00 - 10.00 <b>Pilates</b> <i>Cheryl</i> 19.30 - 20.30 <b>HIIT (via aanmelding)</b> <i>Simon</i>
<b>Vrijdag</b> Open van 07.00 tot 21.00 uur	10.00 - 11.00 <b>Bewegprogramma</b> <i>Nicole</i> 12.30 - 13.30 <b>Bewegprogramma</b> <i>Nicole</i> 18.00 - 19.00 <b>FysioFitness</b> <i>Mark</i>	09.00 - 10.00 <b>Pilates</b> <i>Cheryl</i> 10.00 - 10.30 <b>BBB (op aanvraag)</b> <i>Rebecca</i> 19.00 - 20.00 <b>60+ Fit</b> <i>Mark</i>
<b>Zaterdag</b> Open van 09.00 tot 13.00 uur		09.30 - 10.30 <b>Yoga</b> <i>Rianne</i>

\* start vanaf 9 januari 2019