

VAN HAREN



SPORT & WELLNESS

TIJD & DAG

LES

MAANDAG

10.00	Hatha Yoga
11.00	EnergyZone
18.00	Steps: TBW
19.00	Zak & Boks Workout
19.00	Pilates
20.00	Pilates
20.00	Zumba
20.30	EnergyZone

DINSDAG

10.00	Pilates
19.30	Spinning
20.00	Jiu-Jitsu

WOENSDAG

10.00	BBB
20.00	Pilates

TIJD & DAG

LES

DONDERDAG

08.50	Body Pump
10.00	Pilates
18.00	Zak & Boks Workout
19.00	Judo

VRIJDAG

09:00	TBW
19.00	Jiu-Jitsu 14+
20:00	Jiu-Jitsu Volw.

ZATERDAG

08.50	Pilates
09.00	Zak & Boks Workout
10:00	Body Pump





VAN HAREN

SPORT & WELLNESS

ZOMERROOSTER INFORMATIE

Onderstaande lessen worden alleen gegeven in de bijbehorende weken! Alle lessen die hier niet tussen staan, gaan gewoon door tijdens het zomerrooster: van week 28 tot week 34.

MAANDAG:

Hatha Yoga, 10.00: week 28, 29 & 30.
EnergyZone, 11.00: week 28, 29, 30 & 34.
Steps: TBW, 18.00: week 28, 29, 30, 31, 32 & 34.
Zak & Boks Workout, 19.00: week 28, 29 & 30.
Pilates, 20.00: week 28.
Zumba, 20.00: week 28, 29, 30 & 34
EnergyZone, 20.30: week 28, 29, 30 & 34.

DINSDAG:

Pilates, 10.00: week 29, 30, 31, 32, 33 & 34.
Spinning, 19.30: week 28, 29 & 30.
Jiu-Jitsu, 20.00: week 28, 29 & 30.

WOENSDAG:

BBB, 10.00: week 28, 29, 30, 31 & 34.

DONDERDAG:

Zak & Boks Workout, 18.00: week 28, 29 & 30.
Judo, 19.00: week 28, 29, 30 & 34.

VRIJDAG:

TBW, 09.00: week 28, 29, 30, 31, 33 & 34.
Jiu-Jitsu 14+, 19.00: week 28, 29, 30 & 34.
Jiu-Jitsu, 20.00: week 28, 29, 30 & 34.

ZATERDAG:

Zak & Boks Workout, 09.00: week 28, 29 & 30.