

Maandag:

10.00 Hatha Yoga
16.00 Judo 4+
17.00 Judo 8+
18.00 Steps + Total Body Workout
19.00 Zak + Boks Workout
19.00 Pilates
20:00 Pilates
20.00 Zumba
21.00 Energy Zone/Bootcamp

Dinsdag:

10.00 Pilates
11.00 Energy Zone
19.30 Spinning
20.00 Jiujiitsu Volwassenen
21.00 Energy Zone/Bootcamp

Woensdag:

08:45 Yoga
10.00 B . B . B
11.00 Energy Zone
19:00 Pilates
20.00 Pilates
21.00 Energy Zone/Bootcamp

Donderdag:

08.50 Pump
10.00 Pilates
11:00 Energy Zone
16.15 Tuimel Judo 3+
17.00 Judo 6+
18.00 Kickboksen 12+
19.00 Judo 16+
21.00 Energy Zone/Bootcamp

Vrijdag:

09.00 Total Body Workout
11.00 Energy Zone
16:15 Jiujiitsu 4+
17.00 Jiujiitsu 8+
18.00 Jiujiitsu 12+
19.00 Jiujiitsu 16+
20.00 Jiujiitsu Volwassenen

Zaterdag:

08.50 Pilates
09.00 Kickboksen
10.00 Pump
10.00 Jiujiitsu 6+
11.00 Jiujiitsu 12+
11:00 Energy Zone
12.00 Jiujiitsu/Judo Wedstrijdtraining

Zondag:

10.00 Fast Fit
11.00 Energy Zone

Openingstijden:

Maandag t/m vrijdag: 8:00 - 22:00
Zaterdag: 8:00 - 16:00
Zondag: 8:00 - 13:00