
























































TIJD	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09:00	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	
09:45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	
10:00	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING		 CIRCUITTRAINING	
10:45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING		 BUIKSPIERTRAINING	
11:00							 CIRCUITTRAINING
11:30	 65+ FITNESS						
11:45							 BUIKSPIERTRAINING
12:00					 CIRCUITTRAINING		
12:45					 BUIKSPIERTRAINING		
13:00	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING				
13:45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING				
18:45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING				
19:00	 BOOTCAMP						
19:00	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING		
19:45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING		
20.00	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING	 CIRCUITTRAINING			Alle fitnesslessen duren 40 minuten
20.45	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING	 BUIKSPIERTRAINING			