

Lesrooster (Hoofdrooster)

Panningen

Maandag

Groepsfitness 55+	09:00 - 10:00
Spinning	09:15 - 10:15
Groepsfitness 55+	10:30 - 11:30
Les Mills GRIT®	19:00 - 19:30
Spinning	19:30 - 20:30
ABS-Attack	19:45 - 20:00
Zumba	20:00 - 21:00

Dinsdag

Groepsfitness 55+	09:00 - 10:00
Body Shape	10:00 - 11:00
BBB	18:30 - 19:30
Spinning	19:00 - 19:50
Les Mills BODYPUMP®	19:30 - 20:30
Zumba	20:05 - 21:05
Groepsfitness	20:30 - 21:30

Woensdag

Les Mills CXWORX®	09:00 - 09:30
Les Mills BODYPUMP®	09:45 - 10:45
Boxing Conditioning	18:45 - 19:45
Aerobics	19:00 - 20:00
Spinning	20:00 - 21:00
Les Mills GRIT®	20:00 - 20:30

Donderdag

Spinning	09:15 - 10:15
Groepsfitness 55+	10:30 - 11:30
Les Mills CXWORX®	18:30 - 19:00

Spinning	19:00 - 19:50
Zumba	19:00 - 20:00
Les Mills BODYPUMP®	20:00 - 21:00

Vrijdag

Yin Yoga (externe les, klik voor informa	08:30 - 09:30
Body Shape	09:15 - 10:15
Les Mills BODYPUMP®	10:30 - 11:30
Groepsfitness 55+	13:00 - 14:00

Zaterdag

Spinning	09:30 - 10:30
Les Mills GRIT®	10:30 - 11:00

Zondag

Zumba	09:30 - 10:30
Spinning	10:30 - 11:30