

Lesrooster Appelscha (vanaf 1 juli tot 5 september)

<u>Dag</u>	<u>Tijd</u>	<u>Les</u>	<u>Zaal</u>
Maandag	19:30 – 20:30 uur	Step	Sporthal (tm 18 juli)
	19:30 – 20:30 uur	Spinning	Spinningzaal
	20:30 – 21:30 uur	Club Yoga	Sporthal
Dinsdag	09:15 – 10:00 uur	Zumba	Sporthal
	10:00 – 11:00 uur	Club Yoga	Sporthal
	19:00 – 20:00 uur	Club Power	Sporthal
	19:45 – 20:00 uur	Buikspierkwartier	Fitness zaal
	20:15 - 21:15 uur	Spinning	Spinningzaal
Woensdag	09:30 – 10:00 uur	Get Fit Get Fitter	Fitness zaal
	16:00 – 17:00 uur	Streetdance	Sporthal (niet in augustus)
	17:00 – 18:00 uur	Streetdance 11 jr. e.o.	Sporthal (niet in augustus)
	19:15 – 19:30 uur	Buikspierkwartier	Fitness zaal
	19:30 – 20:20 uur	Zumba	Sporthal
	20:30 – 21:30 uur	Spinning	Spinningzaal
Donderdag	19:30 – 20:25 uur	Zumba	Sporthal
	19:45 – 20:00 uur	Buikspierkwartier	Fitness zaal
	20:30 - 21:30 uur	Club Yoga	Sporthal
Vrijdag	19:45 – 20:00 uur	Buikspierkwartier	Fitness Zaal
	20:00 – 21:00 uur	Spinning	Spinningzaal

Openingstijden fitness:

Maandag:	09:00 tot 12:00 (geen begeleiding)	13:30 tot 21:30
Dinsdag:	09:00 tot 12:00	15:30 tot 21:30
Woensdag:	09:00 tot 12:00	13:30 tot 21:30
Donderdag:	09:00 tot 12:00	15:30 tot 21:30
Vrijdag:	ochtend gesloten	13:30 tot 21:30
Zaterdag:	10:00 tot 13:00 (geen begeleiding)	
Zondag:	10:00 tot 13:00 (geen begeleiding)	