

GROEPSLESROOSTER PER 10 JUNI 2024



STUDIO 1

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
LES MILLS BODYATTACK	18.30-19.30			18.30-19.30			
LES MILLS BODYPUMP	19.30-20.30	19.00-20.00	19.30-20.30	19.30-20.30	09.00-09.45		10.15-11.15
LES MILLS GRIT			18.45-19.15			09.45-10.15	
FIT & VITAAL		10:45-11:45			10:45-11:45		
		20.00-21.00		09.30-10.30			09.00-10.00
BBB/BODYSHAPE			09.00-10.00	18.30-19.30 (studio 3)			

STUDIO 2

SPINNING	19.30-20.30	19.30-20.30		19.30-20.30			10.30-11.30
LES MILLS sprint	18:45-19:15		19:30-20:00			10:30-11:00	

STUDIO 3

LES MILLS BODYBALANCE			20:15-21:15				10.30-11.30
	09:00-10:15	20.00-21.00		20.30-21:30			
YIN YOGA				09.00-10.30			
VINYASA YOGA			11.00-12.00				
			10.00-11.00 (studio 1)	19.30-20.25 niv.I 20.30-21.30 niv.II (studio 1)		08.30-09.30 09.40-10.40	
LES MILLS DANCE	19:30-20:15		19.30-20.15				

STUDIO 4

TANG SOO DO		18:30-19:30 19.30-20.30		18:00-19:00 19.00-20.00		10:30-11:30 11.30-13.00	
-------------	--	----------------------------	--	----------------------------	--	----------------------------	--

FITNESS

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
DAMESFIT		18.45-19.40					
CIRCUIT TRAINING	09:00-09:45 19:00-19:45		09:00-09:45 19:00-19:45		09:00-09:45	09.00-09.45	
SENIORFIT	09:45-10:30		09:45-10:30		09:45-10:30		

OUTDOOR

SURVIVAL GEVORDERD		19.30-21.00		19.30-21.00		10.00-11.45	10.00-11.00 vrij trainen
OUDER & KIND SURVIVAL							10:00-11:00

KINDEROPVANG

Maandag 09.00 - 11.00 uur
 Woensdag 09.00 - 12.00 uur
 Vrijdag 09.00 - 11.00 uur
 Zondag 09.00 - 12.00 uur

OPENINGSTIJDEN

Ma t/m vr. 07.00 - 00.00 uur
 Zaterdag 08.00 - 21.00 uur
 Zondag 09.00 - 17.00 uur

INFORMATIE

Kijk op bentsports.nl of vraag één van onze medewerkers.
 Zij helpen u graag verder!