

## ZOMERROOSTER 2020 groepslessen 1 juli t/m 28 augustus

### Week 27 29 juni t/m 3 juli

Maandag 29/6 Buiten training	08.45-09.30 Spinning 10.15-11.30 Fitness	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 30/6 Buiten training		19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba Spinning/wandeling
Woensdag 1/7	09.00- 10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 2/7	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 3/7	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	19.00-19.45 Hiit

### Week 28 6 juli t/m 10 juli

Maandag 6/7	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 7/7	09.30-10.15 Body Shape	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba Spinning/wandeling
Woensdag 8/7	09.00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 9/7	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 10/7	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	19.00-19.45 Hiit

### Week 29 13 juli t/m 17 juli

Maandag 13/7	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 14/7	9.30-10.15 Body Shape	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba Spinning/wandeling
Woensdag 15/7	09.00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 16/7	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 17/7	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	Geen les

### Week 30 20 juli t/m 24 juli

Maandag 20/7	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 21/7	9.30-10.15 Body Shape	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 22/7	09.00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 23/7	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 24/7	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	Geen les

### Week 31 27 juli t/m 31 juli

Maandag 27/7	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 28/7	Geen les	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 29/7	09-00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 30/7	09.00 – 09.45 Yoga	19.30-20.15 Piloxing
Vrijdag 31/7	Geen les	Geen les

### Week 32 3 augustus t/m 7 augustus

Maandag 3/8	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr
Dinsdag 4/8	Geen les	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 5/8	09-00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 6/8	09.00 – 09.45 Yoga	19.30-20.15 Piloxing
Vrijdag 7/8	Geen les	19.00-19.45 Hiit

### Week 33 10 augustus t/m 14 augustus

Maandag 10/8	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr
Dinsdag 11/8	Geen les	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 12/8	09-00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 13/8	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 14/8	Geen les	19.00-19.45 Hiit

### **Week 34 17 augustus t/m 21 augustus**

Maandag 17/8	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 18/8	9.30-10.15 Body Shape	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 19/8	09-00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 20/8	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 21/8	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	19.00-19.45 Hiit

### **Week 35 24 augustus t/m 28 augustus**

Maandag 24/8	08.45-09.30 Spinning? 10.00-10.45 Pilates	18.00-18.45 Yoga 19.00-19.45 Body Tr./ Spinning 20.00-20.45 Pilates
Dinsdag 25/8	9.30-10.15 Body Shape	19.00-19.45 Piloxing 20.00-20.45 Zumba
Woensdag 26/8	09-00-10.00 Surprise buiten	19.45-20.30 Zumba 20.45-21.30 Pilates
Donderdag 27/8	09.00 – 09.45 Yoga	18.30-19.15 Pilates 19.30-20.15 Piloxing 19.45-20.30 Spinning
Vrijdag 28/8	09.00-09.45 Steps 10.15-11.00 Pilates	19.00-19.45 Hiit