

Vooraf (online) aanmelden voor de lessen A.J.B.

De les gaat door bij minimaal 4 deelnemers (1 dag van tevoren)

Openingstijden maandag	Zaal Tokyo		Zaal San Diego	
9.00-12.30	10.00-10.55	Body Shape	10.00-10.55	CardioFit
	11.00-11.55	Pilates/Core & More NIEUW	11.00-11.55	CardioFit
16.00-21.00	17.30-18.25	Judo vanaf 5 jaar		
	18.30-19.25	Body Shape	18.30-19.25	CardioFit
	19.30-20.25	DanceMix		
dinsdag				
9.00-12.30			10.00-10.55	Spinning
let op! 17.00!-21.00	16.00-16.55	Mind-Body Mix - Power Yoga	18.00-18.55	Fitness Bootcamp v.a. 10 jr NIEUW!!
	20.00-20.55	Jiu-Jitsu/zelfverdediging	19.00-19.55	Spinning
			20.00-20.55	CardioFit
woensdag				
9.00-12.30			11.00-11.55	CardioFit NIEUW
16.00-21.00	19.30-20.25	Pilates/Core & More	18.30-19.25	CardioFit NIEUW
donderdag				
9.00-12.30			10.00-10.55	Spinning
			11.00-11.55	CardioFit
16.00-21.00	16.30-17.25	Kids DanceMix va 6 jr	17.30-18.25	Fitness Bootcamp v.a. 10 jr
	19.30-20.25	BoksFit	18.30-19.25	CardioFit
	20.30-21.25	Mind Body Mix - Power Yoga	19.30-20.25	Cardio & Total Gym/Gravity
vrijdag				
9.00-12.30	10.00-10.55	Hatha Yoga	10.00-10.55	CardioFit
	11.00-11.55	Pilates/Core & More		
zaterdag				
8.45-12.30	09.00-09.45	Judo 4-5 jaar	09.00-09.55	Outdoor CardioFit NIEUW!
	10.00-10.55	Judo 6-8 jaar	10.00-10.55	Spinning
	11.00-11.55	Judo vanaf 9 jaar	11.00-11.55	CardioFit