



Lesrooster Fitness Centrum Hoevelaken

Maandag

Circuit Con.Training	13.30-14.30 uur
Kick & Fun	19.30-20.30 uur
Circuit Con.Training	20.30-21.30 uur
Perfect Pilates	20.45-21.45 uur

Woensdag

Circuit Con.Training (heren)	07.30-08.30 uur
Perfect Pilates	09.30-10.30 uur
Circuit Con.Training 50+	16.30-17.30 uur
Power Walk	19.30-20.30 uur
Body Power	20.45-21.45 uur

Vrijdag

Perfect Pilates 50+	08.30-09.30 uur
Power Walk	09.45-10.45 uur
Body Power	19.30-20.30 uur

Zaterdag

Fitness	08.30-13.00 uur
---------	-----------------

Zondag

Fitness	09.00-12.00 uur
---------	-----------------

Virtual Spinning Op afspraak

Sportmassage Op afspraak

Dinsdag

Perfect Pilates 50+	08.30-09.30 uur
60+ in beweging	09.30-10.30 uur
Circuit Con. Training 50+	13.30-14.30 uur
Kempo Kuntao Chuan Fa jr.	18.00-19.00 uur
Kempo Kuntao Chuan Fa sr.	19.00-20.00 uur
Zumba	20.00-21.00 uur
Power Hour	20.30-21.30 uur

Donderdag

Circuit Con.Training 50+	08.30-09.30 uur.
Circuit Con.Training 50+	09.45-10.45 uur.
Kickboksen	18.30-19.30 uur
Kick & Fun	19.30-20.30 uur
Power Hour	20.30-21.30 uur
Perfect Pilates	20.45-21.45 uur

Zaterdag

Kempo Kuntao Chuan Fa	10.00-11.00 uur
Kempo Kuntao Chuan Fa	11.00-12.00 uur
Kickboksen	12.00-13.00 uur