



SPORTCENTER
RENSWOUDE

MAANDAG

Tijd	Les
09.00 uur	Fit & Vitaal
18.30 uur	H.I.I.T
19.00 uur	Pump
20.00 uur	Balance

DINSDAG

Tijd	Les
09.00 uur	Pilates
09.00 uur	Circuittraining
10:00 uur	Circuittraining
19.00 uur	Yoga
20.00 uur	Lady boxing

WOENSDAG

Tijd	Les
09.00 uur	Pump
18.30 uur	Kids kickboksen
19.00 uur	Billen Benen Buik
19.45 uur	Kickboksen

DONDERDAG

Tijd	Les
09.00 uur	Balance
18.30 uur	H.I.I.T
19.00 uur	Pump (virtueel)

VRIJDAG

Tijd	Les
09.00 uur	Circuittraining
10:00 uur	Circuittraining
19.30 uur	Bokszaktraining

ZATERDAG

Tijd	Les
09.30 uur	Pump
09.30 uur	Buikspierkwartier
10.30 uur	Balance