

Lesrooster vanaf 1 April 2026

AEROBICSZAAL

Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
8.00	Body Burn		Body Burn		Body Burn		
8.45		Hatha Yoga*		Pilates			
9.00	Body Burn		Body Burn		Total Fit	Flow Yoga*	Body Burn
9.45				Flow Yoga*			
10.00	BootyBurn	Club Power*	Flow Motion		Total Body		Pilates
10.15						Club Power*	
11.00			Senioren Vitaal				Hatha Yoga*
11.15	Senioren Fit**				Senioren Fit**		
11.20		Pilates					
12.05	Pilates				Pilates		
12.15							Yin Yoga*
16.30	Flow Yoga						
17.00				Yin Yoga*			
17.45		Yin Yoga*					
18.00	Club Power*				Club Power*		
18.10				Club Power*			
19.00		Zumba*	Flow Yoga*				
19.15	Basis Step			Pilates			
20.15	Essentrics*	TRE*	BootyBurn				

SPINNINGZAAL

Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00	Spinning*		Spinning*		Spinning*	Spinning*	Spinning*
10.00				Spinning*			
19.00		Spinning*					
19.15	Spinning*		Spinning*				

OUTDOOR

Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
19.00		Hardlooptgroep*					

*Les duurt 60 minuten, ** Les duurt 45 minuten, overige lessen duren 50 minuten

