

Openingsstijden en vakantielessen weken 29 t/m 34

VAKANTIEROOSTER 2021	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
LATENSTEINSEWEG 11A, TIEL	tijd	tijd	tijd	tijd	tijd	tijd	tijd
fitness	8.30-12.30	8.30-12.30	8.30-12.30	8.30-12.30	8.30-12.30	8.30-14.00	8.30-14.00
fitness	15.00-21.30	15.00-21.30	15.00-21.30	15.00-21.30	15.00-21.00		
GROEPSLESSEN							
Kettebell training	19.30				19.30		
Hiit circuit	20.00				20.00		
Kracht & conditietraining		19.30		9.00			
Karate vrij trainen	20.15		20.15				10.00
Boksen met een bepreking			18.00				
Kickboksen voor iedereen	19.00		19.00	19.30			
MMA voor iedereen		19.30				9.30	
Stootzaktraining	9.00			19.30			9.00
Stootzaktraining				20.30			10.00
Stootzaktraining	20.00		20.00				
OUTDOOR TERREIN, TIEL							
Survival,- obstaclerun training			19.30			10.00	
Kracht & conditietraining			19.30				
Stootzaktraining			9.00		9.00		
GROTE BRUGSE GRINTWEG 44, TIEL							
Easy flow yoga			19.30				
Ashtanga power yoga						9.00	
Aikido vanaf 12	19.00						15.00
Jiu Jitsu vanaf 12					19.00		9.30
Jiu Jitsu senioren					20.00		
Kickboksen gevorderden						17.00	