

LESROOSTER VESTIGING ZEIST

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
07.00 uur Outdoor Hertenkamp		08.00 uur Vrij trainen				
09.00 uur small group	09.45 uur Vrij trainen	09.00 uur Vrij trainen	08.45 uur surprise	08.45 uur small group	08.00 uur small group	09.00 uur bootcamp
09.00 uur Vrij trainen	09.45 uur Pilates	09.00 uur Outdoor bos	09.30 uur small group	08.45 uur Small group	08.00 uur small group	09.45 uur bootcamp
10.00 uur Fascia Pilates		10.00 uur Pilates circuit	10.15 uur Pilates	09.30 uur Small group	09.00 uur Small group	10.00 uur LXR
10.00 uur Vrij trainen				09.30 uur vrij trainen	09.00 uur Small group	10.45 uur Yogalates
				09.15uur Pilates		
18.30 uur small group	18.15 uur small group	14.00-18.00 uur Vrij trainen met begeleiding	15.15 uur Kids fitness (11-14 jr)	17.00 small group		10.00-14.00uur Vrij trainen met begeleiding
18.30 uur Vrij trainen	19.10 uur Yin Yoga					
19.20-20.05 uur Small group	20.00 uur Dance					
19.20-20.05 uur Vrij trainen		18.30 uur small group				





LESROOSTER VESTIGING ZEIST

19.40 -20.25 uur Brn		19.45 uur Brn	19.45 uur Pilates			
20.15-20.45 uur LXR		19.30 uur small group				
20.30 uur Pilates		19.30 uur Vrij trainen				

Rooster vanaf maandag 7 juni 2021

LET OP! Alle lessen duren maximaal 45 minuten. Vooraf aanmelden via app is verplicht!

De outdoor training op woensdag en de bootcamp op zondag bij Bisonveld, de andere buitenlessen bij de gym en op maandag bij Hertenkamp.

 outdoor & mannen en vrouwen gemengd indoor  & mannen en vrouwen gemengd! Alle andere lessen zijn binnen en vrouwen only.

