

MAANDAG	09.00 - 10.00	Step & Shape
	09.00 - 10.00	Vinyasa Flow Yoga
	09.00 - 10.00	Spinning
	10.15 - 11.15	Bodybalance
	15.00 - 16.00	60Fit
	17.00 - 17.45	Jeugd Kickboksen (12 - 17 jaar)
	17.45 - 18.30	Kickboksen
	18.30 - 19.15	Small Class Fitness TRX
	18.40 - 19.40	Bodypump
	19.30 - 20.30	Pilates
	19.45 - 20.45	Bodyshape
	20.00 - 21.00	Spinning
	20.30 - 21.30	Yin Yoga
21.00 - 21.45	Boksen	

NIEUW!

DINSDAG	09.00 - 10.00	Bodyshape
	09.00 - 10.00	Pilates
	10.15 - 11.15	60Yoga
	18.45 - 19.45	Bodybalance
	19.00 - 20.00	Spinning
	19.00 - 20.00	Bodycombat
	19.45 - 20.45	Dru Yoga
	20.00 - 21.00	Spinning
	20.00 - 21.00	Bodypump
	20.45 - 21.45	Hatha Yoga

WOENSDAG	09.00 - 10.00	Hatha Yoga
	09.00 - 10.00	Bodypump
	10.15 - 11.15	Spinning
	10.15 - 11.15	Hatha Yoga
	12.45 - 13.30	Boksen
	17.00 - 17.45	Jeugd Kickboksen (12 - 17 jaar)
	18.40 - 19.40	Bodypump
	18.45 - 19.45	Pilates
	19.30 - 20.30	Spinning
	19.45 - 20.45	Bodybalance
	19.45 - 20.15	Small Class Fitness GRIT Cardio
	20.20 - 20.50	Small Class Fitness GRIT Strength
	20.30 - 21.30	Spinning
20.45 - 21.45	Yin Yoga	
21.00 - 21.45	Boksen	

NIEUW!

DONDERDAG	09.00 - 10.00	Hatha Yoga
	09.00 - 10.00	Bodypump
	10.15 - 11.15	60Yoga
	15.00 - 16.00	60Fit
	18.40 - 19.40	Bodyshape
	18.45 - 19.45	Dru Yoga
	19.30 - 20.30	Spinning
	19.40 - 20.40	Bodypump
	19.45 - 20.45	Pilates
	20.45 - 21.45	Dance
	20.45 - 21.45	Hatha Yoga

NIEUW!

NIEUW!

VRIJDAG	09.00 - 10.00	Bodyshape
	09.00 - 10.00	Hatha Yoga
	10.15 - 11.15	Spinning
	17.00 - 18.00	Jeugd Fitness (12 - 17 jaar)
	18.45 - 19.45	Pilates
	18.45 - 19.45	Kickboksen
	19.50 - 20.35	Small Class Fitness Circuit
19.30 - 20.30	Spinning	

NIEUW!

ZATERDAG	09.00 - 10.00	Bodypump
	09.00 - 10.00	Pilates
	10.00 - 11.00	Bodycombat
	10.00 - 11.00	Pilates
	11.15 - 12.00	Boksen

ZONDAG	09.00 - 10.00	Pilates
	09.00 - 10.00	Spinning
	09.30 - 10.30	Bodypump
	10.00 - 11.00	Dru Yoga
	10.00 - 11.00	EXTRA Spinning
	10.45 - 11.30	Techniektaining Boksen

NIEUW!

2019 LESROOSTER



Het reserveren en afmelden van een les kan via onze app.

Heb je vragen, bel ons dan even; (033) 480 84 68.

www.actioncenterhoogland.nl

KIJK VOOR HET MEEST RECENTE LESROOSTER OP DE WEBSITE