

Groepslesrooster Twello

Aan dit rooster kunnen geen rechten worden ontleend en het kan te allen tijden veranderd worden.
Dit rooster gaat in op 01-11-2024

STUDIO 1							
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-10.00	RPM		BodyPump		RPM		
10.00-11.00	XCore				Fit & Shape	XCore	
09.30-10.30							RPM
10.30-11.30							BodyPump
18.00-19.00	BodyPump						
18.30-19.30				BodyPump			
19.00-20.00	Fit & Shape		XCore				
19.30-20.30		BodyPump		RPM			
20.00-21.00	RPM		RPM				
STUDIO 2							
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-10.00	Dynamische Yoga				Fit & Vitaal		
10.00-11.00					BodyBalance		
10.15-11.15	Yin Yoga						
19.00-20.00	BodyBalance	BRN	Dynamische Yoga		Yin Yoga		
19.30-20.30				XCore			
20.00-21.00	BBBB		20.15-21.15u Yin Yoga				
20.30-21.30				BodyBalance			
FUNCTIONAL TRAINING / SYNRGY							
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-10.00				09.00-09.30u Synrgy			
09.15-10.00	Fit & Vitaal						
10.00-10.45	Fit & Vitaal						
19.30-20.00	Synrgy						
19.45-20.30		Extreme Synrgy					
OUTDOOR							
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.30-10.30							Bootcamp
JEUGDFITNESS							
14.00-18.00			Jeugdfitness (10 tot 13 jr)		Jeugdfitness (10 tot 13 jr)		

Openingstijden fitnesszalen: **Nieuw: ma en woe 07.00 – 22.00u / di en do 08.00 – 22.00 / vrij 08.00 – 21.00u / za en zo 09.00 – 14.00u*

Sportcentrum Fit & Fun, Jachtlustplein 3, Twello, tel: 0571 – 274843

www.fit-fun.nl - <https://www.facebook.com/SportcentrumFitenFunTwello> - insta sportcentrumfitenfun