

Hulst vanaf 02-10-2017

| | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag | zaterdag | zondag |
|----------------|--|--|--|--|--|--|--|
| Fitness | 08.00-22.00 Fitness | 08.00-22.00 Fitness | 08.00-22.00 Fitness 09.00-10.00 Senioren Fitclub | 08.00-22.00 Fitness | 08.00-20.45 Fitness 09.00-10.00 Senioren Fitclub | 08.30-13.00 Fitness | 09.00-13.00 Fitness |
| Fitness lessen | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop 16.30-16.45 Buik/Rug kwartier 19.30-19.45 Buik/Rug kwartier 19.45-20.00 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop 16.30-17.00 Buik/Rug kwartier 19.30-19.45 Buik/Rug kwartier 19.45-20.00 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop 16.30-16.45 Buik/Rug kwartier 19.30-19.45 Buik/Rug kwartier 19.45-20.00 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop 16.30-17.00 Buik/Rug kwartier 19.30-19.45 Buik/Rug kwartier 19.45-20.00 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop 16.30-16.45 Buik/Rug kwartier 19.30-19.45 Buik/Rug kwartier 19.45-20.00 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 10.30-10.45 Workshop | 10.15-10.30 Buik/Rug kwartier 11.00-11.15 Workshop |
| Studio 1 | 09.30-10.15 Body Tone 18.45-19.30 Body Pump 19.30-20.00 CXWorx 20.00-21.00 Body Combat | 09.15-10.15 Body Vive 13.30-14.30 Pilates 19.00-20.00 Pilates 20.00-21.00 Body Jam | 09.00-10.00 Pilates 18.45-19.30 SH'BAM 19.30-20.15 Body Attack 20.15-21.00 BodyStep | 09.00-10.00 Pilates 10.15-11.15 Pilates 19.00-20.00 Body Vive 20.00-21.00 Body Pump | 09.15-10.15 Body Jam 10.30-11.30 Body Pump 19.00-19.30 CXWorx 19.30-20.30 Body Attack | | 09.15-09.45 CXWorx |
| Studio 2 | 10.15-10.45 CXWorx | 18.45-19.15 Funxtion Insane 19.15-19.45 GRIT Strength 20.00-21.00 Boksfitt | 19.00-19.30 CXWorx | 18.45-20.00 Boksfitt | 19.00-20.30 Boksfitt gevorderden | | |
| Studio 3 | | | 08.45-11.15 Kinderopvang | | 08.45-11.15 Kinderopvang | | |
| Studio 4 | 09.15-10.15 Hatha Yoga 19.00-20.00 Flow Yoga 20.00-21.00 Start with Yoga (op inschrijving) | | 20.00-21.00 Yin Yoga | | | | |
| Spinnina | 09.00-10.00 Spinning 18.30-19.00 Sprint 19.00-20.00 Spinning 20.00-21.00 Spinning | 20.00-21.00 Spinning | 09.00-10.00 Spinning 19.00-20.00 Spinning 20.00-21.00 Spinning | 19.30-20.00 Sprint 20.00-21.00 Spinning | 09.00-10.00 Spinning | | 10.00-11.00 Spinning |
| Zwembad | 10.30-11.15 Aquarobics level 2 11.15-12.00 Hydro Therapie 19.00-19.45 Reuma hydro therapie 20.00-20.45 Aquarobics level 2 | 11.00-11.45 Aquarobics level 1 19.15-20.00 Aquarobics level 2 | 11.00-11.45 Hydro Spinning 19.00-19.45 Aqua Tai Chi 19.45-20.30 Hydro Spinning | 09.15-10.00 Aquarobics level 2 10.00-10.45 Aquarobics level 1 20.15-21.00 Aquarobics level 2 | 10.45-11.30 Aquarobics level 2 | | |

| | | | | | | | |
|---------------------|--|---|--|--|---|--|--|
| ieuaad activiteiten | 16.00-17.00 Kick & Boks 8-12 jr 17.00-18.00 Kick & Boks (13-16 jaar) | | | 16.00-17.00 Youngstarz | | | |
| Outdoor | | | | 19.00-20.00 Viking run | | | |
| Zwemlessen | 15.45-17.45 Zwem ABC | 15.45-17.45 Zwem ABC 17.15-18.45 Snorkelen | 09.00-09.30 Junior zwemles (0-1,5jr) 09.30-10.00 Junior zwemles (1,5-3jr) 10.00-10.30 Junior zwemles (3-4jr) 13.00-16.30 Zwem ABC 16.30-17.30 Zeepaardjes | 15.45-17.15 Zwem ABC 17.15-18.15 Zeepaardjes | 09.00-09.30 Junior zwemles (0-1,5jr) 09.30-10.00 Junior zwemles (1,5-3jr) 10.00-10.30 Junior zwemles (3-4jr) 15.45-17.45 Zwem ABC 17.45-18.15 Volwassenen Zwemles | 09.00-11.30 Zwem ABC 12.20-13.50 Reynaertland | |
| Vrijzwemmen | 08.00-10.15 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 12.15-15.30 Vrijzwemmen 18.00-18.45 Vrijzwemmen 20.45-22.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) | 08.00-10.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 12.00-15.30 Vrijzwemmen 20.15-22.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) | 08.30-09.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 12.00-12.45 Vrijzwemmen 17.45-18.45 Vrijzwemmen 20.45-22.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) | 08.00-09.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.00-15.30 Vrijzwemmen 18.30-20.00 Vrijzwemmen 21.15-22.00 Vrijzwemmen | 08.00-09.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.45-15.30 Vrijzwemmen 18.30-20.30 Vrijzwemmen | 11.45-12.30 Vrijzwemmen | 09.00-11.00 Vrijzwemmen 11.00-12.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) |
| Leefstijlroepen | 19.00-20.00 Koesterchallenge 2017/2018 | 10.45-11.45 Parkinson Dans 20.15-21.15 Shape | 18.45-19.45 Get fit DOW 19.45-20.45 Koesterchallenge 2017/2018 | 13.00-14.00 Shape 20.00-21.15 Koesterchallenge 2017/2018 | | | |

 nieuw

 gewijzigd

 vervalt binnenkort