

Terneuzen vanaf 20-08-2018

	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
Fitness	08.00-22.00 Fitness	08.00-22.00 Fitness 09.00-10.00 Senioren Fitclub (fitness gereserveerd)	08.00-22.00 Fitness	08.00-22.00 Fitness 09.00-10.00 Senioren Fitclub (fitness gereserveerd)	08.00-21.00 Fitness	08.30-13.00 Fitness	09.00-13.00 Fitness
Groepsles fitness	10.00-10.30 Circuit Training 10.30-10.45 Buikspier kwartier 19.00-19.15 Buikspier kwartier 19.15-19.45 Circuit Training 19.45-20.00 Buikspier kwartier 20.00-21.00 Playground	10.15-10.30 Buikspier kwartier 10.30-11.00 Circuit Training 19.00-19.15 Buikspier kwartier 19.15-19.45 Circuit Training 19.45-20.00 Buikspier kwartier 20.00-20.30 Playground Short	10.00-10.30 Circuit Training 10.30-10.45 Buikspier kwartier 19.00-19.15 Buikspier kwartier 19.15-20.15 Playground 20.15-20.30 Buikspier kwartier	10.15-10.30 Buikspier kwartier 10.30-11.00 Circuit Training 19.00-19.15 Buikspier kwartier 19.15-19.45 Circuit Training 19.45-20.00 Buikspier kwartier	10.00-10.30 Circuit Training 10.30-10.45 Buikspier kwartier 19.15-19.45 Circuit Training 19.45-20.00 Buikspier kwartier	09.30-10.00 Playground Short 10.30-10.45 Buikspier kwartier 10.45-11.15 Circuit Training	10.00-10.30 Circuit Training 10.30-10.45 Buikspier kwartier
Studio	09.15-10.15 Body Pump 13.30-14.30 Pilates 19.00-20.00 Body Vive 20.00-21.00 Body Attack	09.00-10.00 Body Vive 19.00-20.00 Body Pump 20.15-21.00 Bodyline Dance	09.15-10.00 Bodyline Dance 19.00-19.30 CXWork 19.45-20.00 Buikspier kwartier 20.00-21.00 Body Pump	09.15-10.15 Body Pump 19.00-20.00 Body Attack 20.00-21.00 Body Pump	09.15-10.15 Body Balance 19.00-20.00 Body Pump	10.00-11.00 Body Pump	
Spinning	08.00-09.00 spinning/funxtion 09.15-10.15 Spinning 10.15-11.00 easy spinning 18.45-19.30 RPM 19.30-20.30 Spinning	19.15-20.15 Spinning	08.00-09.00 spinning/funxtion 09.15-10.15 Spinning 10.15-11.00 easy spinning 18.45-19.30 RPM 19.45-20.45 Spinning	18.45-19.45 Spinning	09.15-10.15 Spinning	09.00-10.00 Spinning	09.30-10.30 Spinning
Body & Mind Studii		19.00-20.00 Zwangerschap Yoga (vanaf okt)	20.00-21.00 Flow Yoga				
Body&Mind	09.15-10.15 Hatha Yoga 18.30-19.30 Start with Yoga (op inschrijving start okt) 19.30-20.30 Hatha Yoga	09.15-10.15 Yin Yoga 18.00-19.00 Body Balance 19.00-20.15 Power Yoga 20.15-21.15 Hatha Yoga	09.15-10.00 Body Tone 10.15-11.15 Body Balance 19.00-20.00 Hatha Yoga 20.00-21.00 Tai Chi 21.00-22.00 Body Balance	10.00-10.45 Body Tone 10.45-11.45 Therapeutische Tai Chi 19.00-20.00 Yin Yoga 20.00-21.00 Yang Yoga	10.15-11.15 Hatha Yoga 19.00-20.30 Hormoon Yoga Laatste Vrijdag van de Maand (voor gevorderden)		10.30-11.30 Body Balance

Zwembad	09.00-09.45 Aquarobics 13.45-14.30 Hydro Therapie 18.45-19.30 Aquarobics 19.30-20.15 Aquarobics	09.15-10.00 Aqua Tai Chi 10.15-11.00 Hydro Therapie 11.00-11.45 Aquarobics 19.00-19.45 Aqua Power	10.30-11.15 Hydro Therapie 18.45-19.30 Hydro Therapie	11.00-11.45 Aquarobics 19.00-19.45 Aqua Power	09.00-09.45 Aquarobics 10.30-11.15 Hydro Therapie 11.15-12.00 Hydro Therapie		
Jeugd		16.00-17.00 Kids Fit (8-12 jr) 17.00-18.00 Fitness Cyclus Training (12-16 jr) 18.00-19.00 Kick & Boks (8-12 jr)		16.00-17.00 Kids Fit (8-12 jr) 19.00-20.00 Kick & Boks (8-12 jr)	16.00-17.00 Kids Fit (8-12 jr) 17.00-18.00 Fitness Cyclus Training (12-16 jr)		
Overige	08.45-12.00 Kinderopvang 19.00-20.00 BodyRun	19.00-20.15 Kickboksen (vanaf 13 jaar) 19.15-20.15 Strong Viking training	08.45-11.00 Kinderopvang	20.00-21.15 Kickboksen (vanaf 13 jaar)			
Leefstijlroeien	11.30-12.30 Diabetes fitness 17.00-18.00 B-Vitality Company 19.00-20.00 Bodyline Events 20.00-21.00 Bodyline Events	17.00-18.00 B-Vitality Company 19.00-20.00 Bodyline Events 20.15-21.15 Bodyline Events	08.00-09.00 Bodyline Events 11.00-12.00 Reuma fitness 19.00-20.00 Bodyline Events 20.15-21.15 Bodyline Events	10.45-11.45 Diabetes fitness 17.00-18.00 B-Vitality Company 20.15-21.15 B-Vitality Company			
Vrijzwemmen	07.45-08.50 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.30-13.40 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 14.35-15.35 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 18.00-18.40 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 20.20-21.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen)	08.00-09.10 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.50-15.35 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 18.00-18.55 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 19.50-21.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen)	07.45-08.50 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.20-13.00 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 17.50-18.55 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 19.50-21.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen)	08.00-08.50 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 11.50-13.30 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 18.00-18.55 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 19.50-21.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen)	07.45-08.50 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 12.10-14.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen) 16.50-20.45 Vrijzwemmen (baantjes zwemmen)		09.00-12.30 Vrijzwemmen 10.00-10.30 Oefenen zwem ABC
Zwemlessen	10.00-10.30 Junior zwemles (0-1,5jr) 10.30-11.00 Junior zwemles (1,5-3jr) 11.00-11.30 Junior zwemles (3-4jr) 15.45-17.45 Zwem ABC 15.45-16.15 Zwemvaardigheid 1,2,3	15.45-17.15 Zwem ABC 17.15-18.00 Zwem ABC (versneld)	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) 13.15-17.15 Zwem ABC 17.15-17.45 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) 15.45-17.45 Zwem ABC 16.45-17.30 Zwem ABC (versneld)	14.45-16.45 Zwem ABC 16.15-16.45 Zeepaardjes	09.00-12.00 Zwem ABC 12.00-12.30 Zeepaardjes	
Playaround X	20.00-21.00 Playground	17.00-18.00 Playground X	17.00-18.00 Playground X 19.15-20.15 Playground	20.00-21.00 Playground X		09.00-10.00 Playground	

 nieuw

 gewijzigd

 vervallen