



SPORTSCENTER BIJSTERBOSCH

		HEERDE AEROBICSZAAL		HEERDE SPINNINGZAAL		HATTEM GROEPSLESZAAL	
openingstijden	MAANDAG	09.00 Les Mills Tone 10.00 Combirobics 14.00 Zeker Bewegen Senioren 19.00 Energy Zone (Fitnesszaal) 19.00 BodyAttack 20.00 Bodypump	10.30 Fysio Fitness Senioren 18.30 Yin Yoga 19.30 Zwangerschapsyoga 20.30 Yoga	09.00 Les Mills Tone 10.00 Bodypump 11.00 FysioFitness senioren 18.30 Pilates 19.30 Bootcamp			
	DINSDAG	09.00 BodyAttack 10.00 Zeker Bewegen Senioren 19.00 Bodypump 20.00 Dance Freestyle	10.00 Yoga 11.00 Yin Yoga 20.00 Yin Yoga 21.00 Yoga	19.00 Bodypump			
	WOENSDAG	09.00 Bodypump 11.30 Parkinson Boksen 18.00 Bodypump 19.00 BodyAttack 20.00 GRIT	10.00 Spinning 19.00 Spinning 19.00 Vinyasa Yoga (dojo) 20.00 Kickboksen (dojo)	09.00 Bodystep 10.00 Pilates 19.30 Les Mills Tone 20.30 Yoga			
	DONDERDAG	10.00 Les Mills Tone 19.15 Bodypump 20.15 Bokszaktraining	09.00 Yoga 10.00 Yin Yoga 13.15 FitWalk (buiten) 18.30 Yoga	10.30 FysioFitness senioren 19.00 Bokszaktraining 20.00 Bodypump			
	VRIJDAG	09.00 Bodypump	10.00 Pilates (dojo) 10.30 Fysio Fitness Senioren 11.00 Pilates (dojo)	08.45 Energy Zone 09.00 Yin Yoga 10.00 Yoga			
	ZA	09.00 BodyAttack	09.00 GRIT 10.00 Spinning	09.30 Bodypump			
	ZO			09.30 Spinning			
FITNESS HEERDE		KINDEROPPAS HEERDE		FITNESS HATTEM			
maandag	07.00-22.00	maandag	08.45-11.15	maandag t/m donderdag 08.00-12.00 & 15.00-22.00			
dinsdag	08.00-22.00	dinsdag	08.45-11.15				
woensdag	08.00-22.00	woensdag	08.45-11.15				
donderdag	07.00-22.00	donderdag	08.45-11.15	vrijdag	08.00-21.00		
vrijdag	08.00-22.00	vrijdag	08.45-11.15	zaterdag	08.00-13.00		
zaterdag	08.00-13.00	zaterdag	08.45-11.15	zondag	09.00-13.00		
zondag	09.00-13.00						