



# SPORTSCENTER BIJSTERBOSCH

	HEERDE AEROBICSZAAL	HEERDE SPINNINGZAAL	HATTEM GROEPSLESZAAL
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 FysioFitness Senioren 18.30 Yin Yoga 19.30 Zwangerschapsyoga 20.30 Yoga	08.45 Energy Zone 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 19.45 Bodystep	10.30 FysioFitness senioren 19.00 Bokszaktraining 20.00 Bodypump
VRIJDAG	09.00 Bodypump	10.00 Pilates (dojo) 10.30 FysioFitness 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
openingstijden	FITNESS HEERDE	KINDEROPPAS HEERDE	FITNESS HATTEM
	maandag 07.00-22.00 dinsdag 08.00-22.00 woensdag 08.00-22.00 donderdag 07.00-22.00 vrijdag 08.00-22.00 zaterdag 08.00-13.00 zondag 09.00-13.00	maandag 08.45-11.15 dinsdag 08.45-11.15 woensdag 08.45-11.15 donderdag 08.45-11.15 vrijdag 08.45-11.15 zaterdag 08.45-11.15	maandag t/m donderdag 08.00-12.00 & 15.00-22.00 vrijdag 08.00-21.00 zaterdag 08.00-13.00 zondag 09.00-13.00