Rooster groepslessen
vanaf november 2019

GROUP ZONE

Tijd	Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag		Zaterdag		Zondag	
08.15									Poweryoga	Samira				
09.00	FreshBalance	Melissa	Bodyshape	Jacq.Kok	Challenge of the Day	Alex	FreshBalance	Melissa						
09.15									BBB	Jacq.Kes	Killing Workout	Priscilla		
10.00			Total Body Workout	Jacq.Kok									Sunday Wake up Workout	Dylan
10.30	Senioren Fitness	Gideon												
13.15					Challenge of the Day (jeugd 8-14 jaar)	Dylan								
13.30	Pilates	Trudy	Senioren Fitness	Irene			Senioren Fitness	Aaltje						
17.00			B-Kick meisjes	Jacq.Kok					Body Power / HIT	Lize				
17.15	Kickboksen	Patrick												
17.30					Kickboksen	Patrick								
18.30	Body Xplosion	Priscilla	Pilates	Aaltje	Total Body Workout	Priscilla	Power Pump	Jacq.Kok						
19.30	Pole Fitness (1,5 uur)	Tara	Killing Workout	Ben/JKok	Pilates	Trudy	Dance Xplosion	Priscilla						
19.30														