

## Rooster groepslessen vanaf 31 augustus 2020

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.00 - 10.00 <b>FreshBalance</b> Melissa	9.00 - 10.00 <b>Kracht/ Conditie</b> Jacqueline Kok	9.00 - 10.00 <b>Challenge of the Day</b> Alex	9.00 - 10.00 <b>FreshBalance</b> Melissa	08.00 - 09.00 <b>Yoga</b> Pieter de Moes	9.00 - 10.00 <b>Killing Workout</b> Priscilla Feliksdal	10.00 - 11.00 <b>Sunday workout</b>
10.30 - 11.30 <b>Senioren Fitness</b> Gideon	09.15 - 10.15 <b>Spinning</b> Alex	13.00 - 14.00 <b>Challenge of the Day Jeugd t/m 14 jaar</b> Alex	9.15 - 10.15 <b>Spinning</b> Alex	9.15 - 10.15 <b>Kracht/ Conditie</b> Jacqueline Kes		
13.30 - 14.30 <b>Pilates</b> Trudy Snoek	10.00 - 11.00 <b>Aerodance</b> Jacqueline Kok	17.30 - 18.30 <b>Boksen/ conditie</b> Patrick	13.30 - 14.30 <b>Senioren Fitness</b> Melissa			
	13.30 - 14.30 <b>Senioren Fitness</b> Aaltje		18.45 - 19.45 <b>Kracht/Conditie</b> Jacqueline Kok	17.00 - 18.00 <b>Body Power/HIT</b> Alex		
17.15 - 18.15 <b>Kickboksen</b> Patrick	17.00 - 18.00 <b>B-kick meiden</b> Jacqueline Kok	18.45 - 19.45 <b>Total Body Workout</b> Priscilla Feliksdal	18.45 - 19.45 <b>Kracht/Conditie</b> Jacqueline Kok	18.00 - 19.00 <b>Boksen/ conditie</b> Jack		
18.00 - 19.00 <b>Spinning</b> Nico	18.45 - 19.45 <b>Pilates</b> Aaltje					
18.45 - 19.45 <b>Body Xplosion</b> Priscilla Feliksdal	19.00 - 20.00 <b>Spinning</b> Ron	19.45 - 20.45 <b>Pilates</b> Trudy Snoek	19.45 - 20.45 <b>Dance Xplosion</b> Priscilla Feliksdal			
19.45 - 20.45 <b>Pole Fitness</b> zelfstandig	19.45 - 20.45 <b>Killing Workout</b> Jacqueline Kok					