

GROEPSROOSTER VANAF 4 SEPTEMBER 2017

MAANDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
9:00 - 10:00	BodyPump	X			
9:30 - 10:00	Move iT!		X		
10:00 - 11:00	CoreTraining	X			
18:30 - 19:30	BodyPump	X			
19:30 - 20:15	BBB	X			
19:30 - 20:30	RPM XL			X	
* Variabele tijd	Bootstep				X
20:15 - 21:00	Xcore	X			

DINSDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
9:00 - 10:00	BodyBalance	X			
10:00 - 10:30	Move iT!		X		
10:30 - 10:45	Absolutely Core		X		
19:00 - 19:45	Xcore	X			
19:30 - 20:15	Bootcamp		X		
19:45 - 20:30	Total Body	X			
20:15 - 20:30	Core = More		X		
20:30 - 21:15	BRN XCore	X			

WOENSDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
9:00 - 10:00	Core Training	X			
9:00 - 10:00	Spinning			X	
9:15 - 10:00	Bootcamp		X		
10:00 - 11:00	Yoga	X			
10:00 - 10:30	CXWorx		X		
19:00 - 20:00	BodyStep	X			
19:00 - 19:30	Spinning			X	
19:30 - 20:15	Bootcamp		X		
19:30 - 20:15	RPM High Performance			X	
20:00 - 21:00	BodyPump	X			
20:15 - 20:30	Core = More		X		

DONDERDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
10:00 - 10:45	Bootcamp		X		
10:45 - 11:00	Absolutely Core		X		
19:00 - 19:45	BRN XCore	X			
20:00 - 21:00	BodyBalance	X			

VRIJDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
9:00 - 9:45	CrossAction		X		
9:00 - 10:00	BodyPump	X			
10:00 - 11:00	BodyStep	X			

ZATERDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
8:00 - 9:00	BodyPump	X			
9:00 - 9:45	Xcore	X			
9:30 - 10:15	RPM High Performance			X	
9:45 - 10:30	BRN XCore	X			
10:30 - 11:00	CXWorx	X			

ZONDAG		GROEPSLES	FITNESS	SPINNING	BUITEN
9:00 - 9:45	BRN XCore	X			
9:45 - 10:45	BodyBalance	X			
10:00 - 10:30	Move iT!		X		
10:30 - 10:45	Absolutely Core		X		
10:00 - 11:00	RPM XL			X	
11:00 - 12:00	BodyStep	X			



* Kijk voor de juiste tijd op basicfitness.nl/groepslesrooster