

























































							ZAAL 1
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00	 SPINNING	 BODYSHAPE	 rpm	 KEEP FIT	 rpm	 rpm	
9.30							 rpm 9.30
10.00	 BODYPUMP	 BODY BALANCE	 BODYPUMP	 BODY BALANCE	 BBB-30	 BODYPUMP	 BODYSTEP 10.30
11.00						 BODYPUMP	
18.00							
19.00	 rpm	 ZUMBA	 BODYPUMP				
20.00	 BODYPUMP	 rpm	 BODY BALANCE	 SPINNING			
20.00							
							ZAAL 2
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00	 PILATES				 ZUMBA		 BODY BALANCE
10.00	 Basic yoga		 PILATES SR	 Zaktraining	 BODY BALANCE	 Dorscross 10.00	 Stress Relief yoga
11.30						 Zaktraining	
16.15			 4-8 Zaktraining kids		 4-8 Zaktraining kids		
16.30				 4-6 DanceFit kids			
17.00			 8-13 Zaktraining kids		 8-13 Zaktraining kids		
17.15				 6-9 DanceFit Jr.			
18.00	 Zaktraining			 v.a. 9 DanceFit teens			
19.00	 BODYSTEP	 PILATES		 YOGA			
20.00		 BBB-30	 Zaktraining	 Zaktraining			
20.30							
FITNESS/STUDIO/OUTDOOR							
Tijd	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9.15	 CIRCUIT	 CIRCUIT	 CIRCUIT	 CIRCUIT	 CIRCUIT		
14.00		 BEWEGEN OP MAAT	 BEWEGEN OP MAAT				
15.00			 Senioren circuit				
Egmond aan Zee	 Bootcamp 19.30				 Bootcamp 9.00		