

CORONA OUTSIDE ROOSTER en Groepslessen mei-20			
MAANDAG	Activiteit	Tijd	Opmerkingen
Ochtend Avond	PilatesCombiBBB Step/BBBB Pilates/Combi Bodyshape DynamicCycling/Spinning BOOTCAMP	09.15-10.00 u 18.30-19.15 u 19.30-20.15 u 19.30-20.15 u 19.00-20.00 u	Outside lessen zijn 45 minuten ivm wisseling en reiniging van de sportplekken vanaf 25 mei 2020
DINSDAG			
Ochtend Avond	Pilates Fit Bodyshape BodyFit BodyPower DynamicCycling/Spinning	09.00-09.45 u 10.00-10.45 u 19.00-19.45 u 20.00-20.45 u 19.30-20.15 u	NOOT KOM LOPEND OF MET DE FIETS HOUD AFSTAND 1,5 meter ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME ONTSMET GEBRUIKTE ATTRIBUTEN
WOENSDAG			
Ochtend Middag Avond	BBBB JeugdBootcamp DynamicCycling/Spinning Core-BodyPowertraining	09.15-10.00 u 16.00-17.00 u 18.30-19.15 u 19.30-20.15 u	NOOT KOM LOPEND OF MET DE FIETS HOUD AFSTAND 1,5 meter ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME ONTSMET GEBRUIKTE ATTRIBUTEN
DONDERDAG			
Ochtend Avond	DynamicCycling/Combi CardioBoxing BoSu PerfectPilates Spinning/IndoorCycling	09.15-10.00 u 19.00-19.45 u 20.00-20.45 u 20.00-20.45 u	NOOT KOM LOPEND OF MET DE FIETS HOUD AFSTAND 1,5 meter ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME ONTSMET GEBRUIKTE ATTRIBUTEN
VRIJDAG			
Ochtend Avond	BodyShape CardioBoxing	09.15-10.00 u 19.00-19.45 u	Medical Fitness: revalidatie/ fysiofitness op afspraak. & Personal training : bel 0622932036
ZATERDAG			
	TotalBodyWorkout Spinning	09.30-10.30 u 10.30-11.15 u	NOOT KOM LOPEND OF MET DE FIETS HOUD AFSTAND 1,5 meter ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME ONTSMET GEBRUIKTE ATTRIBUTEN
ZONDAG			
Maadag tm			Tijdens vakanties/feestdagen wordt met een aangepast rooster gewerkt.
Vrijdag			Groepslessen gaan door bij een minimaal aantal van 6 pers.
Fitness & CardioFitness			Opmerkingen Fitness OUTSIDE
Maandag Dinsdag Woensdag Donderdag Vrijdag Zaterdag Zondag	09.00 - 12.00 / 17.00 - 22.00 u 09.00 - 12.00 / 17.00 - 22.00 u 09.00 - 12.00 / 17.00 - 22.00 u 09.00 - 12.00 / 17.00 - 22.00 u 09.00 - 12.00 / 17.00 - 22.00 u 09.00-14.00 u 09.00-14.00 u		Er wordt met Tijdsloten gewerkt. Reserveer jouw slot op: https://www.supersaas.nl/schedule/K-Fitness/Fitness
			