

## Fitness rooster

DAG	TIJD	LES	INSTRUCTEUR
<b>MAANDAG</b>	08:00 - 09:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	JUDITH
	09:00 - 10:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX (RUG)	ROB S.
	10:00 - 11:00	BEWEEGPROGRAMMA COPD	RENÉE
	11:00 - 12:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	JUDITH EN ROB S.
	13:30 - 14:30	FITNESS	ROB S.
	15:00 - 16:00	BEWEEGPROGRAMMA COPD	MONIEK
	16:00 - 17:00	BEWEEGPROGRAMMA	ROB S.
	17:00 - 18:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX (KNIE)	RIK
	18:00 - 19:00	FITNESS	RENÉE / ROB S.
	19:00 - 20:00	FITNESS	MONIEK
<b>DINSDAG</b>	08:00 - 09:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	ROB
	09:00 - 10:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX (SENIOR)	RENÉE
	10:00 - 11:00	PARKINSONFIT	MONIEK EN KARIN
	13:30 - 14:30	FITNESS	RIK / JUDITH / WIEKE
	15:00 - 16:00	BEWEEGPROGRAMMA COPD	ROB
	16:30 - 17:30	JUNIORFIT	RENÉE
	18:00 - 19:00	FITNESS	ROB
	19:00 - 20:00	ZWANGER-FITNESS	WIEKE
20:00 - 21:00	MAMA-FITNESS	WIEKE	
<b>WOENSDAG</b>	08:00 - 09:00	FITNESS	BENTHE
	09:00 - 10:00	FITNESS	MONIEK
	10:00 - 11:00	FITNESS	BENTHE
	10:00 - 11:00	SENIORSPOORT (SPORTHAL)	MONIEK / MARJO
	16:00 - 17:00	JUNIORFIT	JUDITH
	17:00 - 18:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX (KNIE)	RIK / RENÉE
	18:30 - 19:30	FITNESS	JUDITH
<b>DONDERDAG</b>	08:00 - 09:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	ROB
	09:30 - 10:30	BEWEEGPROGRAMMA MIX	JUDITH
	13:30 - 14:30	FITNESS	ROB
	15:00 - 16:00	BEWEEGPROGRAMMA COPD	RENÉE
	19:00 - 20:00	FITNESS	MARLON
	20:00 - 21:00	FITNESS	MARLON
<b>VRIJDAG</b>	08:00 - 09:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	MONIEK
	09:00 - 10:00	SENIORFIT	MONIEK
	10:00 - 11:00	BEWEEGPROGRAMMA COPD	ROB
	13:00 - 14:00	BEWEEGPROGRAMMA MIX	MONIEK
<b>ZATERDAG</b>	08:30 - 10:30	VRIJ TRAINEN / FITNESS	ROB S. / MARLON

**LET OP; vrij trainen is alleen buiten de lestijden mogelijk!**