

**Openingstijden:**

Ma, wo en do: 08.30-22.00  
 Di: 07.00-22.00  
 Vr: 08.30-21.30  
 Za: 08.45-16.00  
 Zo: 09.30-16.00

**Openingstijden**

**Budget AeroFitt:**  
 Ma t/m do: 06.30-22.00  
 Vr: 06.30-21.30  
 Za: 08.45-16.00  
 Zo: 09.30-16.00

**Daluren:**

Ma t/m vr: 11.00-13.00 / 14.30-17.30  
 Vr: 19.30-21.30  
 Za: 11.00-13.00 / 14.30-16.00

**Tienertijden:**

Ma t/m vr: 14.00-18.00  
 Za: 09.00-12.00

**MAANDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
10.00-10.55	Rugfitt**
11.00-11.55	SeniorFitt
13.30-14.25	VitaalFitt
18.00-18.55	BodyPump
19.00-19.45	XCORE
20.00-20.30	Grit
20.30-21.25	Hatha Yoga

**GROEPSLESSENZAAL 2**

Tijd	Les
08.45-09.55	StepFitt****
10.00-10.55	BodyBalance <b>NIEUW</b>
18.00-18.55	BodyBalance
19.00-19.55	TONE
20.00-20.55	BodyJam

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
09.00-09.55	RPM Wattage*
19.00-19.55	RPM* <b>NIEUW</b>

**DOJO**

Tijd	Les
19.00-20.30	Karate

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
10.00-10.55	Functional training
16.00-16.55	KidsTraining
19.00-19.55	Functional training
20.00-20.55	CrossGym***

**DINSDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
09.00-09.55	Zumba
19.00-19.55	BodyAttack
20.00-20.55	BodyBalance

**GROEPSLESSENZAAL 2**

Tijd	Les
10.00-10.55	RugFitt**
11.00-11.55	SeniorFitt
18.45-19.45	VitaalFitt
19.30-20.25	Rugfitt ** <b>NIEUW</b>
20.30-21.15	Barre

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
09.00-09.55	Spinning Wattage*
20.00-20.55	Spinning*

**DOJO**

Tijd	Les
19.00-19.55	Kickboksen (16 jaar eo)
20.00-20.55	Boksaktraining (16 jaar eo)

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
09.00-09.25	Core
20.00-20.55	Functional training

**WOENSDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
09.00-09.55	Total Body Workout
10.00-10.55	BodyBalance
18.30-19.00	Grit Strength
19.00-19.55	BodyPump
20.00-20.55	Sh'bam

**GROEPSLESSENZAAL 2**

Tijd	Les
09.00-09.55	BodyPump
11.00-11.55	SeniorFitt
19.00-19.55	Zumba
20.00-20.55	Flow Yoga

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
09.00-09.55	RPM*
19.00-19.55	Spinning*

**DOJO**

Tijd	Les
18.00-18.55	Karate4Kids (groep 5-8)
18.30-20.00	Karate

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
09.00-09.25	Core
15.00-15.25	Core
19.00-19.55	Functional training
20.00-20.55	CrossGym***

**DONDERDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
09.00-09.55	Hatha Yoga
10.00-10.55	VitaalFitt
11.00-11.55	SeniorFitt
19.00-19.45	XCORE
19.45-20.30	BodyAttack

**GROEPSLESSENZAAL 2**

Tijd	Les
09.00-09.55	XCORE
10.00-10.45	Barre
19.00-19.55	Total Body Workout

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
20.00-20.55	Spinning*

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
09.00 - 9.55	Functional training
18.30-19.25	Functional training
19.30-20.25	Crossgym***

**DOJO**

Tijd	Les
15.00-15.45	Judo4Kids (2-4 jaar)
16.00-16.55	Judo4Kids (5-7 jaar)
17.00-17.55	Judo4Kids (8-10 jaar)
18.00-18.55	Judo4Kids (11 jaar eo)
19.00-19.45	Kickboksen4Kids (7-15 jaar)
19.45-20.40	Kickboksen**** (16 jaar eo)
20.45-21.40	Boksaktraining (16 jaar eo)

**VRIJDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
09.00-09.55	BodyBalance
10.15-11.00	Sh'bam
11.15-12.10	Stoel Yoga
13.30-14.25	BodyPump

**GROEPSLESSENZAAL 2**

Tijd	Les
15.30-16.25	Dance4Kids (groep 1-3)
16.30-17.25	Dance4Kids (groep 4-6)
17.30-18.25	DanceHour (groep 7-8)
18.30-19.25	DanceHour (VO)

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
09.00-09.55	UIC

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
09.00- 9.55	Functional training
10.00-10.25	Core
16.00-16.55	KidsTraining
19.00-19.55	CrossGym***

**ZATERDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
09.00-09.55	BodyPump

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
10.00-10.55	Functional training

**ZONDAG****GROEPSLESSENZAAL 1**

Tijd	Les
10.00-10.55	BodyAttack
11.00-11.55	BodyBalance

**GROEPSLESSENZAAL 3**

Tijd	Les
10.00-10.55	RPM Wattage*

**FUNCTIONELE TRAININGSZAAL**

Tijd	Les
10.00-10.55	Functional training
11.00-11.30	Core <b>NIEUW</b>