

TIJDELIJK ROOSTER INGAANDE MAANDAG 29 NOVEMBER

Dag	Geopend	Aerobiczaal	Spinning	Fitness begeleiding
MAANDAG	07:00-17:00	07:00 PowerPump 08:00 Pilates 09:00 Bodyshape 10:00 Buik 10 minuten 10:15 Pilates 11:15 Easyshape	9:00	09:00-13:00
DINSDAG	07:00-17:00	08:00 Yoga 09:00 Step 10:15 Pilates	15:30	09:00-13:00 09:10 Circuit
WOENSDAG	07:00-17:00	09:00 PowerPump 09:30 Aquafit 10:15 Pilates 13:00 HIIT 15:30 Pilates	09:00	09:00-13:00
DONDERDAG	07:00-17:00	08:00 Bodyshape 09:00 Yoga 10:30 Easyshape	08:00	09:00-13:00
VRIJDAG Kinderopvang	07:00-17:00 08:45-11:15	08:00 Pilates 09:00 Bodyshape 09:30 Aqua 10:00 Buik 10 minuten 10:15 Flex & Shape	09:00	09:00-13:00
ZATERDAG	08:30-14:30	09:00 PowerPump 11:00 Pilates	10:00	
ZONDAG	08:30-14:30	09:00 CrossPower 10:00 PowerPump 11:15 Yoga	09:00 1 1/2uur	10:00-15:00

Family Fitness, Schapendrift 62, Laren tel: 035-5386141

INFO @FAMILYFITNESS-LAREN.NL

DO IT YOURSELF 45 MINUTE SPIN WORKOUT
PLAN JE EIGEN SPINNINGMOMENTJE IN VIA DE LINK

DE GEEL GEARCEERDE LESSEN EN OPENINGSTIJDEN ZIJN TIJDELIJK

FITNESSBLOKKEN

MAANDAG T/M VRIJDAG	
07:00 tot	08:00
08:00 tot	09:00
09:00 tot	10:00
10:00 tot	11:00
11:00 tot	12:00
12:00 tot	13:00
13:00 tot	14:00
14:00 tot	15:00
15:00 tot	16:00
16:00 tot	17:00
ZATERDAG EN ZONDAG	
08:30 tot	09:30
09:30 tot	10:30
10:30 tot	11:30
11:30 tot	12:30
12:30 tot	13:30
13:30 tot	14:30