

Lesrooster v.a. 01-03-2019

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag
08:00 - 11:30 Fitness 09:00 - 10:00 Pilates 09:30 - 10:30 Spinning (16+)Virtueel 09:00 - 09:30 Circuit/Core * 09:00 - 10:00 Yin Yoga 16:00 - 21:00 Fitness 19:00 - 19:30 TRX * 19:00 - 20:00 Power (Pump) 19:00 - 20:00 Spinning (16+) 19:00 - 20:00 Pilates 20:00 - 20:30 Circuit/Core * 20:00 - 21:00 Pilates 20:00 - 21:00 Spinning (16+)	08:00 - 11:30 Fitness 09:00 - 09:30 Circuit/Core * 16:00 - 21:00 Fitness 18:00 - 19:00 Yin Yoga 19:00 - 20:00 Spinning (16+) 19:00 - 20:00 Piloxing 20:00 - 20:30 Circuit/Core * 20:00 - 21:00 Balance 20:00 - 21:00 Spinning (16+)	08:00 - 11:30 Fitness 09:00 - 09:30 Circuit/Core * 09:30 - 10:30 Spinning (16+)Virtueel 09:00 - 10:00 Power (Pump) 10:30 - 11:30 Yin Yoga 15:00 - 16:00 Fitness4Kids (tot 12jr) 15:00 - 21:00 Fitness 17:00 -18:00 Yin Yoga 19:00 - 19:30 TRX * 19:00 - 20:00 Spinning (16+) 19:00 - 20:00 Pilates 19:00 - 20:00 Kickboks workout 12-16 jr 20:00 - 20:30 Circuit/Core * 20:00 - 21:00 Spinning (16+)	08:00 - 11:30 Fitness 09:00 - 09:30 Circuit/Core * 16:00 - 21:00 Fitness 19:00 - 20:00 Spinning (16+) 19:00 - 20:00 Power (Pump) 19:30 - 20:30 Yang Yoga 20:00 - 20:30 Circuit/Core * 20:00 - 21:00 Spinning (16+) 20:00 - 21:00 Piloxing
Vrijdag	Zaterdag	Zondag	Reset Outdoor**
08:00 - 11:30 Fitness 09:00 - 09:30 Circuit/Core * 09:00 - 10:00 Yin Yoga 16:00 - 18:00 Fitness	09:00 - 12:00 Fitness 09:30 - 10:30 Spinning (16+)Virtueel 10:00 - 10:30 Circuit/Core *	09:00 - 12:00 Fitness 09:30 - 10:30 Spinning (16+) 10:00 - 10:30 Circuit/Core * 10:00 - 11:00 Sunday Mix	Reset Survival: wo. 16:00 - 17:00 uur 8-12 jr wo. 17:15 - 18:15 uur 12-16 jr wo. 19:00 - 20:30 uur 16+/volw. zo. 09:30 - 11:00 uur 16+/volw.

* Deze lessen worden gegeven in de fitnesszaal en zijn vrij toegankelijk voor onze leden

**Reset Outdoor valt buiten het abonnement van Bewegingscentrum Reset, je kunt hiervoor een Outdoor abonnement afsluiten

Met de online lessenplanner kunnen leden zich aan- en afmelden voor groepslessen: www.bewegingscentrum-reset.nl/onlinelessenplanner