



GROEPSLESSEN

ROOSTER

WINTERROOSTER VANAF 01 DECEMBER 2021

Fysiotherapie
Manuele therapie
Revalidatie
(Medische) fitness
Leefstijl coaching

Meer dan 40 jaar
actief en expertise op
het gebied van
paramedische zorg
en professionele
begeleiding om fit &
vitaal te blijven.

7 dagen
p/w open

GROENEKAN

Ruigenhoeksedijk 21
Telefoon: 0346 212 412

MAARTENSDIJK

Maartensplein 98
Telefoon: 0346 212 032

MAANDAG - VRIJDAG

07:00 - 22:00 uur

ZATERDAG - ZONDAG

09:00 - 13:00 uur

In geval van feestdagen
kunnen er andere
openingstijden gelden.



Maandag

09:00	Circuit Training (buiten)
10:15	50 Plus-Fit (binnen met zoom)
18:15	Pilates (binnen met zoom)
19:30	Xcore (buiten)
20:15	GirlPower Boksen (buiten)
20:30	Spinning (binnen zonder zoom)

Dinsdag

09:00	Circuit Training (buiten)
10:00	Pilates (binnen met zoom)
11:00	Circuit Training (buiten)
20:00	Bootcamp (buiten)

Woensdag

08:15	Senioren Circuit Training (binnen)
09:00	Pilates I (binnen met zoom)
10:00	Pilates II (binnen met zoom)
11:00	Yin Yoga (binnen met zoom)
20:00	Bootcamp (buiten)

Donderdag

09:00	Circuit Training (buiten)
10:15	50 Plus-Fit (binnen met zoom)
17:00	Medisch Pilates (binnen met zoom)
19:30	XCORE (buiten)
20:15	Girl Power Boksen (buiten)

Vrijdag

08:15	Circuit Training (buiten)
09:00	Pilates (binnen met zoom)
10:00	Zumba (binnen zonder zoom)
11:00	Vinyasa yoga (binnen met zoom)

Zaterdag

09:00	Spinning (binnen zonder zoom)
10:00	Hardlopen (buiten)
11:30	Immunity Boost (buiten)
12:00	Yin Yoga (binnen met zoom)

Zondag