

HERFST ROOSTER & OPENINGSTIJDEN Vanaf 19 september 2022

MAANDAG	Activiteit	Tijd	
Ochtend	PilatesCombiBBB	09.15-10.10 u	Noot ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME
Avond	Step/BBBB	18.30-19.25 u	
	Pilates/Combi Bodyshape	19.30-20.25 u	
DINSDAG			GROEPSLESSEN RESERVEREN VIA DE SPORTIVITY APP
Ochtend	Pilates Fit	09.00-09.55 u	
	Bodyshape	10.00-10.55 u	
Avond	Surprise Workout	19.30-20.25 u	
	DynamicCycling/Spinning	19.30-20.25 u	
WOENSDAG			PERSONAL TRAINING/LIFESTYLECOACHING SHAPE UP HEALTH SERVICES BEL/APP: 0622932036 https://www.k-fitness.nl/personal-training/
Ochtend	BBBB	09.15-10.10 u	
Avond	Core-BodyPowertraining	19.30-20.25 u	
DONDERDAG			Medical Fitness: . revalidatie/ fysiofitness op afspraak
Ochtend	DynamicCycling/Combi	09.30-10.25 u	
Avond	CardioBoxing	19.00-19.55 u	
	PowerClimbSpinning	19.30-21.00 u	
VRIJDAG			
Ochtend	BodyShape	09.15-10.10 u	
ZATERDAG			
Ochtend	TotalBodyWorkout	09.30-10.25 u	
	Spinning	10.30-11.25 u	
ZONDAG			
	Geen Lessen		
Openingstijden Fitness & CardioFitness*			Opmerkingen
Maandag	08.00 - 22.00 u		Handdoek is verplicht Tijdens vakanties/feestdagen wordt met een aangepast rooster gewerkt. Groepslessen gaan door bij een min. aantal van 6 pers. Noot ZIEK, VERKOUDEN, KOORTS? STAY HOME
Dinsdag	08.00 - 22.00 u		
Woensdag	08.00 - 22.00 u		
Donderdag	08.00 - 22.00 u		
Vrijdag	08.00 - 21.00 u		
Zaterdag	09.00 - 14.00 u		
Zondag	09.00 - 14.00 u		
*OPENINGSTIJDEN TIJDENS VAKANTIEPERIODE cq FEESTDAGEN KUNNEN WIJZIGEN			

TEAM

WWW.K-FITNESS.NL

K-FITNESS
HEALTH & CARE

