

SPORTSREEN

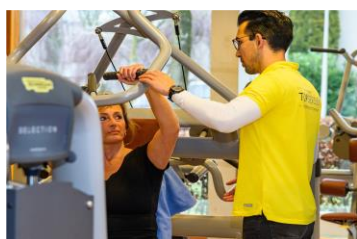
Rooster April 2025		MAAN-DAG	DINS-DAG	WOENS-DAG	DONDER-DAG	VRIJ-DAG	ZATER-DAG	ZON-DAG
CORE (buik + rug) 30 min		08.30 20.00	08.30 20.00	08.30 20.00	08.30 20.00	08.30		
CIRCUITTRAINING 30 min.		09.00 10.30 19.30	09.00 10.30 19.30	09.00 10.30 19.30	09.00 10.30 19.30	09.00		9.45
CONDITIETRAINING 30 min.	High Low	09.30 10.00	09.30 10.00	09.30 10.00	09.30 10.00	09.30 10.00		10.30
SHAPE			18.00	18.00	19.00			
SHAPE	High	19.00*						
STEP SHAPE		14.00		19.00				
STEP FREESTYLE							11.00	
STEP								11.00
PILATES		11.00 12.00			11.00 19.00*			
YOGA				11.00	20.30			09.30
YOGA Hatha			11.00	20.30	13.00			
POWER		20.30	19.00*		9.00* 18.00			
ZUMBA		19.00	19.00					
XCORE			20.30	19.00*				
Fit&Shape						19.00		
CYCLE ClubJoy		9.00*	20.00*	20.00*	20.00*	10.00*		10.00* 11.00*
TIENERFITNESS 11 t/m 15 jaar				16.00 tot 18.00		19.00 tot 21.30	09.30 tot 11.00	8.30 tot 12.00
AQUAROBICS		19.00						
AQUAFIT			10.00 11.00		10.00 11.00			
PeuterSurvival			09.00		09.00			
ABC Zwemles			15.00 16.00 17.00		15.00 16.00 17.00		08.30 10.00 11.00 12.00	

MAAK AAN DE BALIE EEN AFSPRAAK VOOR UW persoonlijke GEZONDHEIDSTEST

- Onderstreepte uren op kiosk reseveren.
- Uren met * worden gegeven in zaal 1.
- Tijdens de rood gemarkeerde uren is het bad niet beschikbaar om baantjes te zwemmen.

Faciliteiten: Fitness, Cardeo, Groepslessen, Squash, Zwemmen, Sauna's, Zonnen etc.

Ook is er een ParaMedisch Centrum aanwezig. De fysiotherapeuten en een diëtiste werken nauw samen met de sportinstructeurs en kunnen zo de sporters met raad en daad bijstaan.



Geopend: maandag t/m vrijdag 7,00 tot 22.30 uur , zaterdag en zondag 8.30 tot 17.00 uur

Blauwenburcht 3 - Huissen - 026 325 09 28 - www@sportsreen.nl