

# SPORTSREEN

Augustus 2021	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 20.00		
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 10:30 19.30		09.45
CONDITIETRAINING High 30 min. Low High	09.30 10:00 21.00*	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	19.00		
AERO SHAPE	19.00*						
STEP SHAPE	14.00		19.00		18.00		
STEP FREESTYLE	20.30					11.00*	
STEP CLUBJOY							11.00
PILATES	11.00			11.00 19.00*			
YOGA CLUBJOY			11.00	20.30			09.30
YOGA hatha		11.00	20.30	13.00			
POWER CLUBJOY	20.00*	19.00*		09.00* 18.00			
ZUMBA	19.00				19.00*		
CYCLE CLUBJOY	09.00*	20.00*	20.00*	20.00*	11.00* 20.00*		10.00* 11.00*
XCORE		20.30	19.00*				
LIFESTYLE	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00		
TIENERFITNESS 11 t/m 15 JAAR			16.00 / 18.00		19.00 / 21.30	09.30 / 11.00	8.30 / 14.00
AQUAROBICS	19.00						
AQUA FIT		10.00 11.00		10.00			
ABC Zwemles		15.00 16:00 17:00		15:00 16:00 17:00		09:00 10:00 11:00 12:00	
Peutersurvival		09:00		09:00			

\* Zaal met de fietsen

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

Tijdens de **rood gemarkeerde uren** kan er niet vrij worden gezwommen.

Geopend: maandag t/m vrijdag 7.00 tot 22.30 uur, zaterdag en zondag 8.30 tot 17.00 uur

**Blauwenburcht 3, Huissen, 026-3250928, Info: [www@sportsreen.nl](http://www@sportsreen.nl)**

