

## Nieuw rooster 2026

| TIJD              | Maandag          | Dinsdag             | Woensdag | Donderdag       | Vrijdag | Zaterdag         | Zondag           |
|-------------------|------------------|---------------------|----------|-----------------|---------|------------------|------------------|
| 08.00 - 09.00 uur |                  |                     |          |                 | Hyrox   |                  |                  |
| 09.00 - 10.00 uur | Power Pilates    |                     | Circuit  |                 | Circuit |                  | Work That Bottom |
| 09.30- 10.30 uur  |                  |                     |          |                 |         | Yin Yoga         |                  |
| 10.00 - 11.00 uur |                  |                     |          | Vinyassa Yoga   | Circuit |                  | BBBB             |
| 10.15- 11.15 uur  | Bokszak training |                     |          |                 |         |                  |                  |
| 11.00 - 12.00 uur |                  |                     |          |                 |         | Bokszak training |                  |
| 18.00 – 19.00 uur | Dancefitness     |                     | Hyrox    | Fat Attack      |         |                  |                  |
| 19.00 - 20.00 uur | Hyrox            | Circuit (FULL BODY) |          |                 |         |                  |                  |
| 20.00 – 21.00 uur |                  | Vinyasa/ Yin Yoga   |          | Yin & adem yoga |         |                  |                  |

Openingstijden  
maandag t/m vrijdag  
zaterdag en zondag

07.00 - 22.00 uur  
08.30 - 16.00 uur