

LESROOSTER PER 2 JANUARI 2012

STUDIO 1		Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Tijd								
09.00 uur		ABS ATTACK*	ABS ATTACK*	ABS ATTACK*	ABS ATTACK*	ABS ATTACK*		
09.15 uur		Active Workout		Active Workout	Active Shape			
10.15 uur		XCO		Freestyle Steps	XCO			
11.30 uur		CIRCUIT		Active Shape	Active FYSIO			
13.00 uur		Active Sports 55+						
14.00 uur								
18.00 uur						Reserveren verplicht. U kunt reserveren via www.debrugactive.nl , tel. 0492 67 88 80 of met de console in de club. Dit kan maximaal 6 dagen van tevoren. *voor ABS attack hoeft u niet te reserveren		
19.00 uur		XCO	Active Workout	XCO				
20.00 uur			XCO					
21.00 uur		ABS ATTACK*	ABS ATTACK*	ABS ATTACK*	ABS ATTACK*			
21.15 uur					XCO			

FYSIO VRAGENUURTJE

Dinsdag	16.00 - 17.00
Donderdag	18.30 - 19.30
Vrijdag	11.00 - 12.00

STUDIO 2		Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Tijd								
09.15 uur								
13.00 uur								
19.00 uur								
19.30 uur								
20.00 uur								