

Groepslessen

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
9:00 - 9:15	LES MILLS BODYPUMP		LES MILLS BODYPUMP		XCORE	LES MILLS BODYSTEP XCORE	
9:15 - 9:30							LES MILLS RPM
9:30 - 9:45							
9:45 - 10:00							
10:00 - 10:15					LES MILLS BODYBALANCE		
10:15 - 10:30	XCORE		B:IN			APPROACH BOOTCAMP	LES MILLS GRIT STRENGTH
10:30 - 10:45							
10:45 - 11:00							
11:00 - 11:15		APPROACH SENIORFIT					
11:15 - 11:30					APPROACH SENIORFIT		
11:30 - 11:45							
11:45 - 12:00							

17:00 - 17:15					APPROACH BOOTCAMP
17:15 - 17:30					
17:30 - 17:45					
17:45 - 18:00					
18:00 - 18:15					
18:15 - 18:30					
18:30 - 18:45					
18:45 - 19:00					
19:00 - 19:15	LES MILLS RPM	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYSTEP	LES MILLS BODYPUMP	
19:15 - 19:30					
19:30 - 19:45					
19:45 - 20:00					
20:00 - 20:15	LES MILLS core				
20:15 - 20:30		XCORE	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS RPM	
20:30 - 20:45					
20:45 - 21:00					

Voor, tijdens en na onze lessen zijn de algemene Corona richtlijnen van het RIVM, alsmede de aanvullende regels van Approach Fitness van toepassing.

