

ZAALROOSTER

2020

Locatie: De Wedren (tijdelijk Gerard Noodtstraat)

Maandag	08.30 – 12.00	Revalidatietraining	Raymond Huber*
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Raymond Huber
	14.00 – 16.30	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.45 – 18.45	Medisch Fitness	Astrid Verweij
	18.45 – 19.45	BodyMix	Astrid Verweij
	20.00 – 21.00	Hatha-Yoga	Katia Oome
	21.00 – 22.00	Hatha-Yoga	Katia Oome
Dinsdag	08.30 – 10.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	10.45 – 11.45	Hatha-yoga	Stella Schenke
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Raymond Huber
	13.00 – 16.30	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	16.45 – 17.45	Medisch Fitness	Raymond Huber
	17.45 – 18.45	Medisch Fitness	Raymond Huber
	18.45 – 19.45	Circuit training	Raymond Huber
Woensdag	09.30 – 10.30	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	10.30 – 11.30	SeniorFit	Fem Verhoeven
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	13.00 – 16.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	17.30 – 18.30	Boksles / Vrije Fitness	Erdem Kaya
	19.30 – 20.30	Smallgrouptraining	Erdem Kaya

*) Begeleiding van 10.00 tot 12.00 uur / **) Begeleiding van 14.00 tot 16.00 uur

ZAALROOSTER

2020

Locatie: De Wedren (tijdelijk Gerard Noodtstraat)

Donderdag	08.30 – 09.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	09.30 – 10.30	BodyMix	Astrid Verweij
	09.15 – 10.15	Basic Bootcamp	Joris Rasing
	10.30 – 12.00	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Raymond Huber
	13.00 – 17.30	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.30 – 19.00	Vrije Fitness	Raymond Huber
	19.00 – 20.00	Bodymix	Raymond Huber
	20.00 – 21.00	Pilates	Raymond Huber
Vrijdag	08.30 – 10.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	10.45 – 11.45	Hatha-yoga	Stella Schenke
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	13.00 – 17.00	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.15 – 18.15	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
Zaterdag	10.00 - 11.00	SmallGrouptraining	Joris Rasing
	11:00 - 12:00	Boksles	Joris Rasing
Zondag	09.00 - 13.00	Vrije Fitness	Arhur Raijmakers Joris Rasing Mart Ruks

