

ZAALROOSTER

2021

Locatie: De Wedren

Maandag	08.30 – 11.30	Revalidatietraining	Raymond Huber*
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Raymond Huber
	13.30 – 17.00	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.30 – 18.30	Medisch Fitness	Astrid Verweij
	18.45 – 19.45	BodyMix	Astrid Verweij
	20.00 – 21.00	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
	13.30 – 17.00	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.30 – 18.30	Medisch Fitness	Raymond Huber
	18.45 – 19.45	Circuit training	Raymond Huber
Woensdag	08.15 – 09.15	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	09.30 – 10.30	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	10.45 – 11.45	SeniorFit	Fem Verhoeven
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
	13.30 – 17.00	Revalidatietraining	Geen begeleiding

*) Begeleiding van 10.00 tot 11.30 uur / **) Begeleiding van 13.30 uur

Locatie De Wedren | Waldeck Pyrmontsingel 69 | 6524 BA Nijmegen | Tel. 024-3222754 | www.mcno-fysiodewedren.nl

ZAALROOSTER

2021

Locatie: De Wedren

Donderdag	08.30 – 09.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	09.30 – 10.30	BodyMix	Astrid Verweij
	10.30 – 11.30	Revalidatietraining	Geen begeleiding
	12.00 – 13.00	Medisch Fitness	Raymond Huber
	13.30 – 17.00	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.30 – 18.30	Pilates	Raymond Huber
	19.00 – 20.00	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
	13.30 – 17.00	Revalidatietraining	Raymond Huber**
	17.15 – 18.15	Medisch Fitness	Fem Verhoeven
Zondag	09.00 - 12.00	Vrije Fitness	Sophie Rietveld Arthur Raijmakers Niels Hoogelander

Locatie De Wedren | Waldeck Pyramontsingel 69 | 6524 BA Nijmegen | Tel. 024-3222754 | www.mcno-fysiodewedren.nl