

FIT ROOSTER

Krokusvakantie 03/03/'25- 09/03/'25

MAANDAG

POWER - 19U30

cardio - kracht - core

YOGA - 20U30

relaxatie - lenigheid - bewustwording

FIT PILATES - 10U30

kracht - lenigheid - core

AERO STEP - 19U30

aerobics & step

PILATES - 20U30

bewustwording - kracht - lenigheid - core

DINSDAG

WOENSDAG

BBB - 19U30

kracht - core

HIIT - 20U30

cardio - kracht

DONDERDAG

TONE - 14U15

kracht - aerobics - core

SCULPT PILATES - 19U30

kracht - core - bewustwording

EASY STEP - 20U30

cardio - dans - aerobics

WEEKEND

GEEN SPORTLESSEN

Wij genieten van een welverdiend weekendje rust! Even opladen om daarna weer vol energie te knallen!