

Zomerrooster

UC VOOR ROOSTER UC DANCE ZIE WWW.UCDANCE.NL

6 juli t/m 18 augustus 2024

Zaal 1	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-10.00	Total Body Workout	Total Body Workout	Body Shape	XCORE^{XX}co	Body Shape		XCORE^{XX}co
10.00-11.00		XCORE^{XX}co		55+ fit	Pilates	Tai-bo	Body Shape
11.00-12.00							
18.30-19.30				XCORE^{XX}co			
19.00-20.00		Body Shape			XCORE^{XX}co		
19.30-20.30	BBBodyshape						
20.00-21.00		XCORE^{XX}co					
20.30-21.30			Tai-bo				

Zaal 3	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
08.00-09.00							
09.00-10.00		55+ fit	Pilates				
10.00-11.00					55+ fitness		
10.30-11.30							
19.00-20.00							
19.30-20.30		Tai-bo					
20.30-21.15	Pilates						

De Spinning lessen zijn te boeken vanaf 16 uur voor aanvang van de les. Dit kan bij Harks of via www.stagesflight.com

Spinning zaal	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.00-09.55			Spinning		Spinning		
10.00-10.55	Spinning						
11.00-11.55							Spinning
GEDURENDE DE HELE DAG KAN ER GEBRUIK GEMAAKT WORDEN VAN SOLO SPINNING!							
18:00-18:55							
18.30-19.25		Spinning					
19.00-19.55							
19.30-20.25	Spinning		Spinning				
20.00-20.55							
20:30-21:25							

Fitness	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
17.00-18:00	Kidsfit 7 t/m 11 jaar			Kidsfit 7 t/m 11 jaar			

De gehele zomer zijn we normaal geopend!