

BORNE & BEWEEGT

| DAG | TIJDSTIP | ACTIVITEIT | COACH |
|-----------|-------------|----------------|----------------|
| Maandag | 8-9 | Fit & Vitaal+ | Ivar |
| Maandag | 17-18 | Jongerengroep | Emma |
| Maandag | 17-18 | Oersterk groep | Ivar & Steffie |
| Maandag | 18-19 | Core & HIIT | Emma |
| Maandag | 18-19 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Maandag | 19-20 | Borne Buffelt | Emma |
| Maandag | 19-20 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Maandag | 20-21 | Borne Buffelt | Joris |
| Dinsdag | 9-10 | Fit & Vitaal+ | George |
| Dinsdag | 10-11 | Powerlifting | George |
| Dinsdag | 17-18 | Jongerengroep | Joris |
| Dinsdag | 18-19 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Dinsdag | 18-19 | Oersterk groep | Sammi |
| Dinsdag | 19-20 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Dinsdag | 19-20 | Borne Buffelt | Sammi |
| Dinsdag | 20-21 | Borne Buffelt | Joris |
| Woensdag | 9-10 | Fit & Vitaal+ | George |
| Woensdag | 10-11 | Fit & Vitaal+ | George |
| Woensdag | 10.30-11.30 | Boksen | Nejat |
| Woensdag | 17-18 | Jongerengroep | Joris |
| Woensdag | 18-19 | Powerlifting | Joris |
| Woensdag | 19-20 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Woensdag | 20-21 | Borne Buffelt | Joris |
| Donderdag | 17-18 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Donderdag | 17-18 | Jongerengroep | Ivar |
| Donderdag | 18-19 | Powerlifting | Joris |
| Donderdag | 18-19 | Oersterk groep | Ivar |
| Donderdag | 19-20 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Donderdag | 19-20 | Borne Buffelt | Ivar |
| Donderdag | 20-21 | Fit & Vitaal+ | Ivar |
| Vrijdag | 8-9 | Powerlifting | Joris |
| Vrijdag | 9-10 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Vrijdag | 10-11 | Core & HIIT | Joris |
| Vrijdag | 10.30-11.30 | Boksen | Nejat |
| Vrijdag | 11-12 | Powerlifting | Joris |

BORNE & BEWEEGT

| DAG | TIJDSTIP | Activiteit | COACH |
|----------|----------|---------------|--------|
| Zaterdag | 8-9 | Borne Buffelt | George |
| Zaterdag | 9-10 | Fit & Vitaal+ | George |
| Zaterdag | 10-11 | Powerlifting | George |
| Zaterdag | 11-12 | Borne Buffelt | George |
| Zondag | 8-9 | Borne Buffelt | Joris |
| Zondag | 9-10 | Borne Buffelt | Sammi |
| Zondag | 9-10 | Fit & Vitaal+ | Joris |
| Zondag | 10-11 | Boksen | Sammi |
| Zondag | 10-11 | Core & HIIT | Joris |
| Zondag | 11-12 | Boksen | Sammi |
| Zondag | 11-12 | Powerlifting | Joris |

BELANGRIJKE INFORMATIE

1. Jaarlijks zijn wij gesloten van 24 dec t/m 1 januari. Datzelfde is jaarlijks het geval in week 31 & week 32
2. Genoteerde tijden zijn aanvangstijden van een nieuwe groepstraining
3. Volwassen leden zijn flexibel. Ze zijn niet gebonden aan een trainingsgroep, dag of tijd
4. We trachten de online agenda's actueel te houden. Ontdek jij een foutje? Dan horen we het graag!

AANGEPASTE OPENINGSTIJDEN

Op de onderstaande feestdagen zijn wij van 8.00 tot 11.00 uur geopend voor zowel small group trainingen (aangepast programma voor alle leden) alsmede voor vrije fitness.

Goede vrijdag | 1^e & 2^e Paasdag | Koningsdag | Bevrijdingsdag | Hemelvaart | 1^e & 2^e Pinksterdag