

Lesrooster Enschede

Olympic gym Enschede - De Reulver 30 - 7544RT Enschede - info@olympicgymenschede.nl - ☎ 088-0300400 optie 3

<http://www.olympicgymenschede.nl>

Ge genereerd op 21 september 2017



Maandag

- 09:00 Group Challenge
- 09:30 Fysioshape
- 18:00 Kickboksen *Kids 9 - 14 jaar*
- 19:00 Kickboksen *15 jaar en ouder*
- 19:00 Group Challenge

Dinsdag

- 09:00 Seniorenfit
- 09:30 Bodynetics
- 16:30 Streetdance *Alle leeftijden*
- 19:00 Boksaktraining *Mix*

Woensdag

- 09:00 Group Challenge
- 09:30 Fysioshape
- 18:00 Kickboksen *Kids 9 - 14 jaar*
- 19:00 Group Challenge
- 19:00 Kickboksen *15 jaar en ouder*
- 19:30 Pump

Donderdag

- 09:00 Seniorenfit
- 09:30 Fysioshape
- 16:30 Streetdance *Alle leeftijden*
- 19:00 Group Challenge
- 19:00 Boksaktraining *Mix*

Vrijdag

- 09:00 Group Challenge
- 18:00 Kickboksen *Kids 9-14 jaar*
- 18:45 Group Challenge
- 19:00 Kickboksen *15 jaar en ouder*

Zaterdag

Zondag

Openingstijden

- | | |
|-----------|-------------------------|
| maandag | van 08:30 tot 22:00 uur |
| dinsdag | van 08:30 tot 22:00 uur |
| woensdag | van 08:30 tot 22:00 uur |
| donderdag | van 08:30 tot 21:30 uur |
| vrijdag | van 08:30 tot 21:30 uur |
| zaterdag | van 09:00 tot 13:00 uur |
| zondag | van 09:00 tot 13:00 uur |

Lesrooster Hengelo

Olympic gym Hengelo - Lage Weide 2 - 7556NA Hengelo (Ov) - hengelo@olympicgym.nl - ☎ 088-0300400 optie 2

<http://www.olympicgym.nl/Hengelo>

Ge genereerd op 21 september 2017

Maandag

09:00	Group Challenge	
09:30	Pump	
09:45	Buikspierkwartier	
16:00	Kickboksen	<i>Jeugd va 6 jaar</i>
17:00	Kickboksen	<i>Jeugd va 12 jaar</i>
18:00	Kickboksen	<i>Volwassen beginners</i>
18:00	Combat	
19:00	Kickboksen	<i>Volwassen gevorderd</i>
19:00	Steps	
19:00	Spinning	<i>20 minuten HIIT</i>
19:30	Group Challenge	
19:30	Spinning	<i>90 min training</i>
20:00	Bodynetics	

Dinsdag

09:00	Group Challenge	<i>Level 2</i>
09:30	Bodynetics	
09:45	Buikspierkwartier	
10:45	Seniorenfit	
18:45	Pump	
19:15	Taekwondo	
19:30	Spinning	
19:30	Group Challenge	
20:00	Balance	

Woensdag

09:00	Group Challenge	
09:00	Spinning	
09:45	Buikspierkwartier	
10:00	Bokszaktraining	<i>Volwassen</i>
10:00	Balance	
14:00	Group Challenge	<i>Senioren - Level 1</i>
16:30	Kickboksen	<i>Jeugd t/m 12 jaar</i>
17:45	Kickboksen	<i>Jeugd v.a. 13 jaar</i>
18:45	Bodynetics	
19:00	Kickboksen	<i>Volwassen</i>
19:30	Group Challenge	
19:45	Steps	
20:00	Spinning	
20:15	Buikspierkwartier	

Donderdag

09:00	Kickboksen	<i>Volwassen</i>
09:30	Bodynetics	
10:00	Group Challenge	
10:30	Buikspierkwartier	
16:00	Kickboksen	<i>Jeugd v.a. 6 jaar</i>
17:00	Kickboksen	<i>Jeugd v.a. 12 jaar</i>
19:30	Group Challenge	
19:30	Spinning	
19:30	Taekwondo	
20:15	Buikspierkwartier	

Vrijdag

09:00	Steps	
10:00	Group Challenge	
10:30	Buikspierkwartier	
17:45	Judo	<i>Jeugd conditie/ coördinatie</i>
18:30	Bokszaktraining	
19:30	Spinning	
19:30	Group Challenge	<i>alle doelgroepen</i>
20:15	Buikspierkwartier	

Zaterdag

09:00	Judo	<i>Beginners v.a. 6 jaar</i>
09:30	Spinning	
09:30	Steps	
10:00	Group Challenge	
10:30	Buikspierkwartier	
11:00	Kickboksen	<i>Volwassen</i>

Zondag

10:00	Spinning	
10:00	Pump	
10:00	Group Challenge	
10:30	Buikspierkwartier	
10:45	Bokszaktraining	
11:00	Balance	

Openingstijden

maandag	van 07:00 tot 22:00 uur
dinsdag	van 07:00 tot 22:00 uur
woensdag	van 07:00 tot 22:00 uur
donderdag	van 07:00 tot 21:30 uur
vrijdag	van 07:00 tot 21:30 uur
zaterdag	van 09:00 tot 13:00 uur
zondag	van 09:00 tot 13:00 uur

Kinderopvang

vrijdag	van 09:00 tot 12:00 uur
zondag	van 09:30 tot 12:30 uur

Lesrooster Losser

Olympic gym Losser - Smitsbreeweg 8, - 7581 HE Losser - losser@olympicgym.nl - ☎ 053-5364300

<http://www.olympicgym.nl/Losser>

Ge genereerd op 21 september 2017



Maandag

09:00	Zumba	Dans Latin Style
09:00	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
10:00	Buikspierkwartier	
12:30	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
19:30	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
19:30	Power Fitness	Core-Stability Training
19:45	Spinning	
20:00	Body X	Core training

Dinsdag

09:00	Zumba	Dans Latin Style
09:00	Balance	Yoga/Tai Chi/ Pilates
19:30	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
20:00	Bokszaktraining	Volwassenen

Woensdag

09:00	Body X	Core training
09:00	Spinning	
09:00	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
17:00	Kids Zumba	(4 t/m 7 jr)
18:45	Buikspierkwartier	
19:00	Pump	
19:30	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
20:00	Strong BY Zumba	

Donderdag

09:00	Bokszaktraining	
17:45	Zumba	Jeugd (12 t/m 16 jr)
18:45	Buikspierkwartier	
19:00	Zumba	Dans Latin Style
19:30	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
20:00	Pump	

Vrijdag

09:00	Bodyplus	55+
09:00	Spinning	
09:00	Group Challenge	Core-stability Training (30 tot 45 Min)
16:30	Kids Zumba	(8 t/m 11 jr)
18:00	Bokszaktraining	(Jeugd)
19:00	Bokszaktraining	(Volwassenen)

Zaterdag

09:00	Zumba	Dans Latin Style
10:00	Balance	Yoga/Tai Chi/ Pilates

Zondag

09:30	Spinning	
10:00	Pump	

Openingstijden

maandag	van 06:00 tot 00:00 uur
dinsdag	van 06:00 tot 00:00 uur
woensdag	van 06:00 tot 00:00 uur
donderdag	van 06:00 tot 00:00 uur
vrijdag	van 06:00 tot 00:00 uur
zaterdag	van 06:00 tot 00:00 uur
zondag	van 06:00 tot 00:00 uur