

Groepslessen Fitness



HEERLIJKHEID VAN ERMELO

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG
09:00 - 11:00	LADIES FIT		LADIES FIT		LADIES FIT	
09:00 - 10:00		CARDIO TRAINING				CARDIO TRAINING
19:00 - 19:15	BUIKSPIER KWARTIER			BUIKSPIER KWARTIER		
19:30 - 20:30			HIIT TRAINING		HIIT TRAINING	
20:00 - 21:00	CIRCUIT TRAINING	INDOOR BOOTCAMP		CIRCUIT TRAINING		
21:00-21:15	BUIKSPIER KWARTIER	BUIKSPIER KWARTIER	BUIKSPIER KWARTIER	BUIKSPIER KWARTIER	BUIKSPIER KWARTIER	