



## Zomerrooster / Summer Schedule van 1 juli - 29 augustus 2010

tijd	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00		<b>Bodyshape</b> 9.00-10.00					
09.30	<b>Indoor Cycling</b> 9.30-10.30		<b>Zumba!</b> 9.30-10.30	<b>Club Yoga*</b> <a href="#">op het strand</a>	<b>Indoor Cycling</b> 9.30-10.30	<b>High-Low (advanced)</b> 9.30-10.30	<b>Indoor Cycling</b> 10.00-11.00
10.00							
10.30		<b>50-Fit</b> 10.30-11.30	<b>50-Fit</b> 10.30-11.30	<b>Beach Aerobic*</b> <a href="#">op het strand</a>		<b>Abs / buik</b> 10.30-10.45	
10.45					<b>Pump!</b> 10.45-11.45		
11.00						<b>Free Cycling**</b> 11.00-12.00	<b>Pump!</b> 11.15-12.15
11.15							
11.30							
11.45							
12.00							
18.00	<b>Step (level III)</b> 18.00-19.00				<b>Step (level II)</b> 18.00-19.00		
18.30		<b>Combi Aerobic</b> 18.30-19.30	<b>Pump!</b> 18.30-19.30	<b>Step (level III)</b> 18.30-19.30			
19.00	<b>Abs / buik</b> 19.00-19.15						
19.30	<b>Pump!</b> 19.30-20.30		<b>Combi Aerobic</b> 19.30-20.30	<b>Pump!</b> 19.30-20.30			
20.00		<b>Indoor Cycling</b> 20.00-21.00					
20.30	<b>Indoor Cycling</b> 20.30-21.30		<b>Indoor Cycling</b> 20.30-21.30	<b>Indoor Cycling</b> 20.30-21.30			

\* Donderdag Club Yoga en Beach Aerobic is bij [Hart Beach Surfschool](#)

\*\* Free Cycling houdt in dat er geen instructeur aanwezig is. Niet voor beginners!

### Openingstijden

Maandag t/m donderdag  
Vrijdag  
Zaterdag en zondag

van 07.30 tot 22.00 uur  
van 07.30 tot 21.00 uur  
van 08.00 tot 14.30 uur