

		OVERZICHT TIJDEN BEWEGINGS- ACTIVITEITEN 2022
DAG	TIJD	ACTIVITEIT
MAANDAG	08.00 - 08.45	FYSIOFITNESS (H)***
	08.45 - 09.30	FYSIOFITNESS (D)**
	09.30 - 10.15	FYSIOFITNESS (D/H 60+)*
	10.15 - 11.00	FYSIOFITNESS (D/H)**
	11.15 - 12.00	PILATES (OP DE STOEL)
	19.00 - 19.45	FYSIOFITNESS (D/H)***
	20.00 - 20.45	PILATES
	20.45 - 21.30	PILATES
DINSDAG	08.30 - 09.15	FYSIOFITNESS (H)***
	09.30 - 10.15	PILATES
	10.15 - 11.00	FYSIOFITNESS (D)**
	11.00 - 11.45	FYSIOFITNESS (D/H50+)*
	13.30 - 14.15	PILATES
	14.30 - 15.15	PILATES (OP DE STOEL)
	20.00 - 20.45	FYSIOFITNESS (D/H)***
	19.00 - 20.30	WARMWATERGYM ELK HALF UUR EEN GROEP ONDER BEGELEIDING
WOENSDAG	10.30 - 11.15	MBVO*
	20.00 - 20.45	FYSIOFITNESS (D/H)***
	20.45 - 21.30	FYSIOFITNESS (D/H)***
	19.30 - 20.15	PILATES
	20.15 - 21.00	PILATES
DONDERDAG	09.00 - 09.45	PILATES

	09.45 - 10.30	MBVO**
	10.45 - 11.30	PILATES
	12.30 - 13.15	PILATES (OP DE STOEL)
	13.30 -14.15	PILATES
	19.00 - 19.45	FYSIOFITNESS (D/H 50+)**
	19.45 - 20.30	FYSIOFITNESS (D/H 40+)***
VRIJDAG	08.45 - 9.30	FYSIOFITNESS (D 40+)***
	09.30 - 10.15	FYSIOFITNESS (D 40+)***
	10.15 - 11.00	FYSIOFITNESS (D 60+)*
	* is mbvo/rustig niveau	
	** is mbvo/gemiddeld niveau	
	*** is mbvo/pittig niveau	