

## Zomerooster groepslessen & indoor cycling 2024

### Maandag 8 juli t/m zondag 18 augustus (week 28 t/m week 33)

	Zaal beneden	Zaal Boven	Cycling studio
<b>Ma</b>	09:00 Yin Yoga 14:00 HIIT 65+ 17:45 Pilates 19:00 Bodybalance	08:15 HIIT in de fitnessruimte boven 09:00 BBB 13:30 fysio Fitness 18:45 Zumba & Dance 19:45 Bodypump	09:00 Indoor Cycling    19:00 Indoor Cycling
<b>Di</b>	09:00 BBB 10:00 MBVO  18:45 Xcore Xcore vervalt in de Bouwvak op 23 & 30 juli & op 6 augustus 19:45 B-Kick B-Kick vervalt op 6 & 13 augustus	10:00 Pilates 13:30 medische Fitness 18:45 BodyPump BodyPump vervalt in de Bouwvak op 23 & 30 juli & op 6 augustus 20:00 HIIT in de fitnessruimte boven	10:00 Indoor Cycling    20:00 Indoor Cycling
<b>Wo</b>	10:00 Groepsfitness 19:00 Pilates 20:00 Zwangerschapspilates (aparte cursus)	08:45 HIIT in de fitnessruimte boven 09:00 Bodypump BodyPump vervalt in de Bouwvak op 24 & 31 juli & op 7 augustus 19:00 BBB 20:00 Xcore	19:00 Indoor Cycling 20:00 Indoor Cycling Op 24 & 31 juli en op 7 augustus worden de lessen samengevoegd. Aanvang les is om 19:30 uur
<b>Do</b>	08:45-09:35 Pilates 09:45-10:35 Pilates   19:00 GLI HIIT (Niet op 25 juli, 1 & 8 aug) 20:00 BBB-Strak op het strand	09:00 Bumba Bumba vervalt op 25 juli, 1, 8 & 15 augustus 10:00 Yin Yoga Yin Yoga vervalt op 25 juli, 1, 8 & 15 augustus 13:30 fysio Fitness 19:00 Bodybalance 20:00 BodyPump	09:00 Indoor Cycling Indoor Cycling vervalt op 25 juli, 1 & 8 augustus    20:00 Indoor Cycling
<b>Vr</b>	08:45-09:15 HIIT 09:30 Groepsfitness 10:30 MBVO	09:00 BBB 10:00 Pilates  13:30 medische Fitness	10:00 Indoor Cycling
<b>Za</b>		09:00 HIIT 09:45 Xcore	
<b>Zo</b>		09:30 Bodypump	09:00 Indoor Cycling

\* in de 6 weken zomervakantie hanteren we geen vaste plaatsen. Dat betekent voor elke les die je wilt volgen apart reserveren via de website of de app.

\*\* Wanneer er minder dan 12 deelnemers zijn kan besloten worden de les te laten vervallen. Je ontvangt dan een bericht in de logifit app.

\*\*\* Om iedereen de kans te geven deel te nemen aan groepslessen kun je maximaal 4 lessen vooruit reserveren en maximaal 1 week vooruit.

Wil je meer lessen per week dan kun je 48 uur voor aanvang van een groepsles een extra deelnameplaats reserveren.

Mocht je daarbij hulp nodig hebben dan kun je terecht bij de receptie van onze club.