



Kuin

Zomer 2011

Fitness: Zonder begeleiding

Week 30, 31 en 32

Openingstijden

Maandag	08.30 - 22.30
Dinsdag	08.30 - 22.30
Woensdag	08.30 - 22.30
Donderdag	08.30 - 22.30
Vrijdag	12.00 - 22.30
Zaterdag	07.45 - 17.00
Zondag	10.00 - 16.00

Sauna Gemengd

Openingstijden

Maandag	10.30 - 22.45
Dinsdag	17.00 - 22.45
Donderdag	17.00 - 22.45
Vrijdag	12.00 - 22.45
Zaterdag	10.30 - 17.30
Zondag	10.00 - 16.30

Sauna Dames

Openingstijden

Dinsdag	09.30 - 17.00
Woensdag	09.30 - 22.45
Donderdag	09.30 - 17.00

Lesrooster		Week 30	Week 31	Week 32	Week 33	Week 34	Week 35
maandag		25-jul	1-aug	8-aug	15-aug	22-aug	29-aug
08.45	Aqua	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
18.30	Pilates						
18.30	Spinnen	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
19.30	Pilates						
19.30	Club Power	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
20.30	B&M	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
Dinsdag		26-jul	2-aug	9-aug	16-aug	23-aug	30-aug
09.00	Conditie D	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
18.00	Conditie H	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
19.00	Conditie D	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
20.00	Conditie H	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
20.00	Shape						
Woensdag		27-jul	3-aug	10-aug	17-aug	24-aug	31-aug
09.45	Zumba				<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>
18.30	Yoga		<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
19.45	Yoga		<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
20.15	Zumba	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>
Donderdag		28-jul	4-aug	11-aug	18-aug	25-aug	1-sep
08.45	Aqua						
09.15	Pilates	09.30	09.30	09.30			
19.30	Zumba						
20.30	Shape						
21.30	Conditie H	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
Vrijdag		29-jul	5-aug	12-aug	19-aug	26-aug	2-sep
09.45	Steps						
10.30	yoga	inhaal					
Zaterdag		30-jul	6-aug	13-aug	20-aug	27-aug	3-sep
08.00	Conditie H	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
09.15	Spinning						
09.15	Fitness Circuit	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
10.30	Yoga	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>			
Zondag		31-jul	7-aug	14-aug	21-aug	28-aug	4-sep
10.15	Steps			<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>	<i>vervalt</i>