



	FITNESS (tevens openingstijden)		KLEINE ZAAL		GROTE ZAAL	
	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>	<i>les</i>	<i>tijdstip</i>
<b>MAANDAG</b>	Fitness & Squash	08.30-11.30	Spinning	08.45-09.30	XCO	09.45-10.30
	Fitness & Squash	14.00-21.30				
			Spinning	19.00-19.45	AB-Works	19.00-19.30
			XCO	20.00-20.45	Bodymix	19.30-20.20
					Zumba	20.30-21.20
<b>DINSDAG</b>	Fitness & Squash	08.30-11.30				
	Fitness & Squash	16.30-21.30			Judo	16.00-16.45
					Judo	16.45-17.30
			Spinning	19.00-19.45	Bodymix	19.00-19.50
			Spinning	20.00-20.45	B-Works	20.00-20.30
					AB-Works	20.30-21.00
<b>WOENSDAG</b>	Fitness & Squash	08.30-11.30	Spinning	08.45-09.30		
					Bodymix	09.45-10.35
	Fitness & Squash	14.00-21.30			Sportief!Fit (50+ & 60+)	13.30-14.30
			Streetdance - Mini's	15.30-16.15	Streetdance - Kids	15.30-16.15
			Streetdance - Selectie 1	16.30-17.15	Streetdance - Cadets	16.30-17.15
			Streetdance - Selectie 2	17.30-18.15	Streetdance - Youth	17.30-18.15
			Streetdance - Seniors	18.30-19.15		
					Zumba	18.30-19.20
			Spinning - totaal	19.30-20.25	AB-Works	19.30-20.00
			Spinning	20.30-21.15	Step	20.00-20.50
<b>DONDERDAG</b>	's ochtends gesloten					
	Fitness & Squash	16.30-21.30				
					Low-Impact	19.00-19.50
			XCO	19.00-19.45	B-Works	20.00-20.30
			Spinning	20.00-20.45	Step	20.30-21.20
<b>VRIJDAG</b>	Fitness & Squash	08.30-11.30	Spinning - totaal	08.45-09.45		
					Pilates	10.00-10.45
	Fitness & Squash	14.00-21.30				
					Fun!mix (4-12jr)	16.00-16.45
					Fit!mix (12-18jr)	17.00-18.00
			Spinning	18.45-19.30		
					Kung Fu	19.30-21.00
<b>ZATERDAG</b>	Fitness & Squash	09.00-12.00	Spinning	09.00-09.45		
	(tot 10.00 uur vrij trainen)					
<b>ZONDAG</b>	Fitness & Squash	10.00-12.30				

**Kinderopvang:**

Maandag, woensdag en vrijdag

08.30-11.00

**Sauna & Turks stoombad\*:**

Maandag- en woensdagochtend

09.00-11.00

+ maandag t/m vrijdag 18.30-21.30  
(\*dames op even dagen - heren op oneven dagen)

**KIJK VOOR MEER INFORMATIE OP [WWW.SPORTCENTRUMZWF.NL](http://WWW.SPORTCENTRUMZWF.NL)**