

LESROOSTER

PERIODE
2024/2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
19:30 - 19:45 CORE 15	19:00 - 19:30 CIRCUITTRAINING	09:30 - 10:15 CIRCUITTRAINING	19:00 - 19:30 CIRCUITTRAINING			09:30 - 10:00 CIRCUITTRAINING
19:45 - 20:15 LOWERBODY		19:00 - 19:15 CORE 15				
		19:30 - 20:30 BODYSHAPE				