

# GYM INN | GROEPSLES ROOSTER

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>MAANDAG - GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	17.00 - 18.00	Kickboksen KIDS	Sven	1	
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba ®	Cynthia	2	
	20.00 - 21.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.30 - 21.30	Full body workout	Anouschka	2	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>DINSDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	18.00 - 19.00	Hip Hop Kids <b>new</b>	Daniel	2	<i>partner</i>
	19.00 - 20.00	Dames Kickboksen	Guilliano	1	
	19.00 - 20.00	Breakdance	Jeanrey	2	<i>partner</i>
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.00 - 21.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.00 - 21.00	Kick Fit	Guilliano	1	
	20.00 - 21.00	Hip Hop Kids Choreo <b>new</b>	Daniel / Maggie	2	<i>partner</i>
	20.00 - 21.15	YOGA (Hatha) <b>new</b>	Sandra	3	
	21.00 - 22.00	Freestyle Class	Daniel	2	<i>partner</i>
	21.00 - 22.00	Kickboksen (mixed)	Guilliano	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>WOENSDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Zumba ®	Cynthia	2	
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	17.00 - 18.00	Kickboksen Kids ( <i>beginners</i> )		1	
	19.00 - 20.00	Kickboksen Kids +		1	
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba ®	Cynthia	2	
	20.00 - 21.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.30 - 21.30	Full body workout	Anouschka	2	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>DONDERDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.00 - 21.00	Zaktraining/ High Cardio <b>new</b>	Chelton	1	
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>VRIJDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	20.00 - 21.30	Kickboksen (mixed)	Guilliano	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>ZATERDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	ntb	SG	
	10.00 - 11.00	KIDS Small Group	ntb	SG	
	10.00 - 11.30	Yo Shin Do	Gerard	1	<i>partner</i>
	12.00 - 13.00	Karate	Gerard	1	<i>partner</i>

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>ZONDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	10.00 - 11.00	Zaktraining/ High Cardio	Chelton	1	<b>new</b>
	11.30 - 12.30	Bollywood dansen Kids ( <i>beginners</i> )	Shashnie	2	<i>partner</i>
	12.30 - 13.30	Bollywood dansen Kids +	Shashnie	2	<i>partner</i>
	13.30 - 14.30	Bollywood dansen Volwassenen	Shashnie	2	<i>partner</i>

Openingstijden: *Maandag tm Vrijdag* 07.00 - 22.00  
*Zaterdag en Zondag* 09.00 - 17.00

www.gyminn.nl  
 tel: 0320 25 40 40

Ketelmeerstraat 138  
 8226 JX Lelystad