

GYM INN | GROEPSLES ROOSTER 2019

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
MAANDAG - GROEPSLESSEN					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	18.00 - 19.00	Kickboksen Kids ++	Rob	1	
	18.30 - 19.30	Funtional Fitness Workout new	Wiktorija	2	
	19.00 - 20.00	Kickboksen Volwassenen	Rob		NEW
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba®	Cynthia	2	
	20.00 - 21.00	Zaktraining/ High Cardio	Chelton	1	
	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
DINSDAG- GROEPSLESSEN					
	17.30 - 19.00	Jiu Jitsu (Yoshindo)	Gerard	1	
	18.00 - 19.00	Hip Hop Kids	Daniel	2	
	19.00 - 20.00	Dames Kickboksen	Guilliano	1	
	18.30 - 19.30	Breakdance	Jeanrey	2	
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	20.00 - 21.00	Kick Fit	Guilliano	1	
	20.30 - 21.30	Urban Dance	Etienne	2	
	21.00 - 22.00	Kickboksen (mixed)	Guilliano	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
WOENSDAG- GROEPSLESSEN					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	16.00 - 17.00	Zumba® KIDS new	Cynthia	2	
	16.00 - 17.00	Kickboksen Kids Beginners	Rob	1	NEW
	17.00 - 18.00	Kickboksen Kids + +	Rob	1	
	18.00 - 19.00	Kickboksen Kids 15+	Rob	1	
	19.00 - 20: 00	Kickboksen Volwassenen	Rob		NEW
	19.00 - 20.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba®	Cynthia	2	
	20.30 - 21.30	Full body workout	Anouschka	2	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
DONDERDAG- GROEPSLESSEN					
	18.00 - 19.00	Jiu Jitsu (Yoshindo)	Gerard	1	
	19.00 - 20.00	Karate	Gerard	1	
	20.00 - 21.00	Zaktraining/ High Cardio	Chelton	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
VRIJDAG- GROEPSLESSEN					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba®	Cynthia	2	
	20.00 - 21.30	Kickboksen (mixed)	Guilliano	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
ZATERDAG- GROEPSLESSEN					
	10.00 - 11.00	KIDS Small Group	GI	SG	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
ZONDAG- GROEPSLESSEN					
	10.00 - 11.00	Zaktraining/ High Cardio	Chelton	1	
	11.00 - 12.30	Bollywood dansen (6-18 jaar)	Renuka	2	new

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