

# GYM INN | GROEPSLES ROOSTER 2020

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>MAANDAG - GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	17.00 - 18.00	Kickboksen Kids Beginners	Rob	1	
	18.00 - 19.00	Kickboksen Kids ++	Rob	1	
	19.00 - 20.00	Kickboksen Volwassenen	Rob		
	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	
	20.30 - 21.30	Full body workout	Anouschka	2	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>DINSDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	17.30 - 19.00	Jiu Jitsu (Yoshindo)	Gerard	1	
	19.00 - 20.00	Dames Kickboksen	Guilliano	1	
	19.30 - 20.30	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
<b>WOENSDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	16.00 - 17.00	Zumba® KIDS	Cynthia	2	
	16.00 - 17.00	Kickboksen Kids Beginners	Rob	1	
	17.00 - 18.00	Kickboksen Kids + +	Rob	1	
	18.00 - 19.00	Kickboksen Kids 15+	Rob	1	
	19.00 - 20:00	Kickboksen Volwassenen	Rob	1	
	19.30 - 20.30	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba®	Cynthia	2	
	20:00 - 21:30	Combat Sambo	Salamon	1	
	20.30 - 21.30	Full body workout	Anouschka	2	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>DONDERDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	18.00 - 19.00	Jiu Jitsu (Yoshindo)	Gerard	1	
	19:30 - 21:00	Yoga	Indra	2	
	19.00 - 20.00	Karate	Gerard	1	
	20.00 - 21.00	Zaktraining/ High Cardio	Chelton	1	

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>VRIJDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	09.00 - 10.00	Small Group les + Buik kwartier	GI	SG	
	19.30 - 20.30	Zumba®	Cynthia	2	
	18.30 - 20.00	Boksen	Cheldon		
	20.00 - 21.30	Kickboksen (mixed)	Guilliano	1	

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

Dag	Tijd	Les	Trainer	Zaal	opmerking
<b>ZONDAG- GROEPSLESSEN</b>					
	10.00 - 11.00	Zaktraining/ High Cardio	ntb	1	
	11:30 - 13:00	Combat Sambo	Salamon	1	
	11.00 - 12.30	Bollywood dansen (6-18 jaar)	Renuka	2	
	12.45 - 14.15	Bollywood dansen Volwassenen	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