



LET'S GET FIT!

Lesrooster fitness

Geldig: 17 augustus t/m 9 oktober 2020

Groepslessen

Maandag

Spinning	09.00 – 10.00 uur*
Yoga	10.00 – 11.00 uur
Zumba	19.00 – 20.00 uur
Spinning	20.00 – 21.00 uur

Dinsdag

Group fitness	09.00 – 09.30 uur
Zumba	09.30 – 10.30 uur**
Pump your Body	19.00 – 20.00 uur
Spinning	19.00 – 20.00 uur
Yoga	20.00 – 21.00 uur
HIIT training	20.00 – 20.30 uur

Woensdag

Spinning	09.00 – 10.00 uur
Pilates	10.00 – 11.00 uur
BBB Zumba	19.00 – 20.00 uur
HIIT training	20.00 – 20.30 uur

Donderdag

Zumba	09.30 – 10.30 uur
Pump your Body	19.00 – 20.00 uur
Spinning	20.00 – 21.00 uur
Cardio boxing	20.00 – 21.00 uur

Vrijdag

Spinning	09.00 – 10.00 uur
Group fitness	10.00 – 10.30 uur
Yoga	11.15 – 12.15 uur***

* Start vanaf maandag 7 september

** De les van dinsdag 1 september vervalt

*** Start vanaf vrijdag 4 september

Fitness

Individueel trainen op basis van tijd (60 minuten) op één van onderstaande tijdsblokken d.m.v. online reservering, hotelgasten op basis van reservering bij de centrale receptie.

Maandag t/m vrijdag

08.30 – 21.30 uur

Zaterdag & zondag

09.00 – 14.00 uur

Tijdsblokken fitness maandag t/m vrijdag

08.30 – 09.30 uur	14.30 – 15.30 uur
08.45 – 09.45 uur	15.30 – 16.30 uur
09.15 – 10.15 uur	16.30 – 17.30 uur
09.45 – 10.45 uur	18.00 – 19.00 uur
10.15 – 11.15 uur	18.30 – 19.30 uur
11.00 – 12.00 uur	19.15 – 20.15 uur
11.30 – 12.30 uur	19.30 – 20.30 uur
12.00 – 13.00 uur	19.45 – 20.45 uur
13.30 – 14.30 uur	20.15 – 21.15 uur
14.00 – 15.00 uur	20.30 – 21.30 uur

Tijdsblokken fitness zaterdag & zondag

09.00 – 10.00 uur
09.30 – 10.30 uur
09.45 – 10.45 uur
10.15 – 11.15 uur
11.00 – 12.00 uur
11.30 – 12.30 uur
12.00 – 13.00 uur
12.30 – 13.45 uur

Reserveren

Wegens coronamaatregelen is reserveren voor een groepsles of fitness-sessie verplicht en kan tot 2 uur van tevoren via www.debonteweaver.nl/fitness. Dit geldt ook voor abonneementhouders. Print het ticket uit of laat deze zien op je telefoon.

NB Hotelgasten kunnen reserveren bij de centrale receptie.

Bekijk onze website voor een overzicht van alle maatregelen en richtlijnen

www.debonteweaver.nl