

Groepslessen LifeCity Amsterdam

Groeplesrooster

Alle lessen duren 55 minuten, tenzij anders aangegeven

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
09.15 uur	Yoga - Sandra	Zumba - Burak			Pilates - Libertad		
10.00 uur						Mini Dance (3-5 jr) - Yvette	
10.15 uur		Pilates - Bettina					
11.00 uur						Kids Streetdance (8-12 jr) - Yvette	
12.00 uur							BodyShape - Chris
13.00 uur							Pump Your Body - Chris
14.00 uur							Kickbox (v.a. 16 jr) - Denise
16.00 uur			Kids Zumba (8-12 jr) - Jamilla				
17.00 uur			Junioren Fitness (12-15 jr) - Jeroen				
17.30 uur				Kickbox (12-15jr) - Mitchell			
18.00 uur	Zumba - Burak		Total Attack Chris				
18.30 uur				Junioren Fitness (12-15 jr) - Mitchell			
19.00 uur	Pump Your Body - Chris	BodyShape - Chris			Zumba - Burak		
19.30 uur			BBB - Chris 25 minuten	Ladies Only Kickboxing - Mitchell			
20.00 uur	BodyShape - Chris	Steps - Chris	Solsa - Alejandro				
21.00 uur	Pilates - Libertad	Yoga					

Spinningrooster

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
11.00 uur						Learn to Spin - Jeroen 25 minuten	Spinning - Chris
18.30 uur		Easy Spin - Chris		Spinning - Jeroen			
19.00 uur			Spinning - Alejandro				