

## TWIZST GROEPSLESSEN VANAF MEI 2024

Check altijd onze Twizst Sport app voor het actuele rooster

### MAANDAG

09.00-10.00	PILATES	GROEPSZAAL	ANKIE
10:00-11:00	PILATES	GROEPSZAAL	ANKIE
11.15-12.00	AQUAFIT	ZWEMBAD	MAIKE
18.00-19.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL
19.00-20.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL
19.00-19.45	BODYSHAPE	GROEPSZAAL	SELIEN
20.00-20.45	AQUAFIT	ZWEMBAD	SELIEN
20.00-21.00	ZUMBA	GROEPSZAAL	SAINA

### DINSDAG

09.00-10.00	TEAMFIT	FITNESSZAAL	EMIEL
09.00-10.00	POWER YOGA	GROEPSZAAL	NATHALIE
19.00-20.00	SMALLGROUP	COMBINATIE	LYDIA
20:00-20:45	BOKSFIT LADIES ONLY	GROEPSZAAL	WILMA

### WOENSDAG

09.00-10.00	PILATES	GROEPSZAAL	ANKIE
10:00-11:00	PILATES	GROEPSZAAL	ANKIE
19.00-20.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL
19:30-20:30	POWER	GROEPSZAAL	INEKE

### DONDERDAG

08.45-09.30	AQUAFIT	ZWEMBAD	WILMA
18.45-19.30	AQUAFIT	ZWEMBAD	WILMA
19:00-20:00	PILATES	GROEPSZAAL	ANKIE
19.00-20.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL

### VRIJDAG

09.00-10.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL
10:00-11:00	TEAMFIT	FITNESSZAAL	EMIEL
12:00-12:45	AQUAFIT	ZWEMBAD	MAIKE

### ZATERDAG

09.00-10.00	SPINNING	SPINNINGZAAL	EMIEL
09.30-10.30	POWER	GROEPSZAAL	INEKE
10.30-11.00	CORE	GROEPSZAAL	INEKE