



LESROOSTER

1 JANUARI TOT 1 FEBRUARI

Jumping & Power reserveren via NLG app of website

Jan van Kleefstraat 1
 T: (0316) 820 364
 E: info@nlglobith.nl
 I: www.nlgroep.nl/lobith

MAANDAG		DINSdag		WOENSDAG	
GROTE ZAAL		GROTE ZAAL		GROTE ZAAL	
TIJD	LES	TIJD	LES	TIJD	LES
09:00 - 10:00	Buik Billen Benen	19:00 - 19:45	C Flex	09:00 - 10:00	X Core
10:00 - 10:45	Easy Fit	19:45 - 20:30	X Core	10:00 - 11:00	Power Yoga
18:00 - 19:00	Yoga Nieuw	20:30 - 21:15	Jumping	16:00 - 17:00	Kids Fitness 5-15 jr KK
19:00 - 20:00	Power			18:30 - 19:30	Zumba
20:00 - 20:45	Jumping			20:00 - 21:00	High Intensity
21:00 - 22:00	Power Yoga				
DOJO		FUNCTIE ZAAL		DOJO	
TIJD	LES	TIJD	LES	TIJD	LES
10:00 - 11:00	Boksak Training	09:00 - 10:00	Challenge	17:00 - 18:00	Karate 6-15 jr KK
				19:00 - 20:00	Boksak Training
				20:00 - 21:00	Kickboksen
ZWEMBAD		DOJO		SPINNING ZAAL	
TIJD	LES	TIJD	LES	TIJD	LES
08:00 - 12:00	Recreatief	18:00 - 19:00	Kickboksen 5-14 jr KK	19:00 - 20:00	Cycle
10:00 - 10:30	Peuter Survival*	19:00 - 20:00	Boksak Training		
15:15 - 18:15	Zwemles ABC*				
18:30 - 19:15	Aqua				
19:15 - 20:00	Aqua				
20:00 - 22:00	Recreatief				
		SPINNING ZAAL		ZWEMBAD	
		TIJD	LES	TIJD	LES
		19:00 - 20:00	Cycle	09:15 - 10:00	MBVO
				10:00 - 10:45	MBVO
				18:15 - 19:00	Doelgroep
				19:15 - 20:00	Aqua
				20:00 - 22:00	Recreatief
		ZWEMBAD			
		TIJD	LES		
		08:00 - 09:00	Recreatief		
		09:30 - 10:00	Baby & Peuter		
		10:00 - 11:00	Recreatief		
		11:00 - 11:45	MBVO		
		15:15 - 18:15	Zwemles ABC*		
		20:00 - 22:00	Recreatief		

OPENINGSTIJDEN FITNESS

Ma t/m Do 08:00 - 22:00 uur
 Vrijdag 08:00 - 21:00 uur
 Zaterdag 08:00 - 15:00 uur
 Zondag 09:00 - 15:00 uur

KK Kids abonnement lessen

* Zwemles ABC en Peutersurvival vallen onder het zwemlestarief

**Discozwemmen op de laatste zaterdag van de maand



LESROOSTER

1 JANUARI TOT 1 FEBRUARI

Jumping & Power reserveren via NLG app of website

Jan van Kleefstraat 1
T: (0316) 820 364
E: info@nlglobith.nl
I: www.nlgroep.nl/lobith

DONDERDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 09:45	Jumping
18:00 - 18:45	Jumping
19:00 - 20:00	Buik Billen Benen
20:00 - 21:00	Power
FUNXTION ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 10:00	Challenge
DOJO	
TIJD	LES
18:00 - 19:00	Streetdance 6-8 jr ♣♣
19:00 - 20:00	Streetdance 9-11jr ♣♣
SPINNING ZAAL	
TIJD	LES
19:00 - 20:00	Spinning
ZWEMBAD	
TIJD	LES
10:30 - 11:15	MBVO
15:15 - 18:15	Zwemles ABC*

VRIJDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 10:00	Buik Billen Benen
10:00 - 11:00	Zumba
17:00 - 18:00	Jumping Jeugd ♣♣
18:00 - 19:00	Streetdance 12-16 jr ♣♣
FUNXTION ZAAL	
TIJD	LES
19:00 - 20:00	Challenge
DOJO	
TIJD	LES
10:00 - 11:00	Power Yoga
18:00 - 19:00	Kickboksen 5-14 jr ♣♣
19:00 - 20:00	Kickboksen
ZWEMBAD	
TIJD	LES
08:00 - 12:00	Recreatief
15:15 - 17:30	Zwemles ABC*
17:30 - 18:15	Watertrappers ♣♣

ZATERDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
10:15 - 11:15	Streetdance 6-9 jr ♣♣
DOJO	
TIJD	LES
08:30 - 09:15	Tuimeljudo 3-5 jr ♣♣
09:15 - 10:15	Judo 6-10 jr ♣♣
ZWEMBAD	
TIJD	LES
08:45 - 12:00	Zwemles ABC*
12:00 - 14:00	Recreatief
19:00 - 21:00	Discozwemmen** ♣♣

ZONDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 09:45	Jumping
11:00 - 12:00	Power
SPINNING ZAAL	
TIJD	LES
10:00 - 11:00	Cycle
DOJO	
TIJD	LES
10:00 - 11:00	Bokszak Training
11:00 - 12:00	Kickboksen
ZWEMBAD	
TIJD	LES
10:00 - 15:00	Recreatief

OPENINGSTIJDEN SAUNA

Ma t/m Do 08:00 - 12:00 uur
Ma t/m Do 18:00 - 22:00 uur
Vrijdag 08:00 - 12:00 uur
Zaterdag 12:00 - 15:00 uur
Zondag 10:00 - 15:00 uur

Buiten openingstijden sauna bezoek op aanvraag bij fitness- of zwem instructeur
Reserveren voor zonnebank via de receptie