



LESROOSTER

1 FEBRUARI TOT 1 MAART

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/BRN Nieuw |
| 10:00 - 10:45 | Easy Fit | 19:45 - 20:30 | X Core/BRN Nieuw | 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 ♂♂ |
| 19:00 - 20:00 | Power | | | 18:30 - 19:30 | Zumba |
| 20:00 - 20:45 | Jumping | | | 20:00 - 20:45 | Easy Jumping Nieuw |
| 21:00 - 22:00 | Power Yoga | | | | |
| DOJO | | FUNCTION ZAAL | | DOJO | |
| TIJD | LES | TIJD | LES | TIJD | LES |
| 10:00 - 11:00 | Bokszak Training | 09:00 - 10:00 | Challenge | 17:00 - 18:00 | Karate 6-15 jr ♂♂ |
| | | | | 19:00 - 20:00 | Bokszak Training |
| | | | | 20:00 - 21:00 | Kickboksen |
| SPINNING ZAAL | | DOJO | | SPINNING ZAAL | |
| TIJD | LES | TIJD | LES | TIJD | LES |
| 19:00 - 20:00 | Cycle Nieuw | 18:00 - 19:00 | Kickboksen 5-14 jr ♂♂ | 19:00 - 20:00 | Cycle |
| | Vanaf 18 februari | 19:00 - 20:00 | Bokszak Training | | |
| ZWEMBAD | | SPINNING ZAAL | | ZWEMBAD | |
| TIJD | LES | TIJD | LES | TIJD | LES |
| 08:00 - 12:00 | Recreatief | 19:00 - 20:00 | Cycle | 09:15 - 10:00 | MBVO |
| 10:00 - 10:30 | Peuter Survival* | | | 10:00 - 10:45 | MBVO |
| 15:15 - 18:15 | Zwemles ABC* | | | 18:15 - 19:00 | Doelgroep |
| 18:30 - 19:15 | Aqua | | | 19:15 - 20:00 | Aqua |
| 19:15 - 20:00 | Aqua | | | 20:00 - 22:00 | Recreatief |
| 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

♂♂ Kids abonnement lessen

* Zwemles ABC en Peutersurvival vallen onder het zwemlestarif

**Discozwemmen op de laatste zaterdag van de maand



LESROOSTER

1 FEBRUARI TOT 1 MAART

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 |
| 09:30 - 10:15 | BRN Nieuw |
| 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 9-11 jr ♂♂ |
| 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