



LESROOSTER

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

MAANDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 10:00	Buik Billen Benen
09:30 - 10:15	Easy Fit
10:00 - 11:00	Hula Hoop NIEUW!
15:00 - 17:00	Fit4Kids ♣♣
18:00 - 19:00	Yoga
19:00 - 19:15	Full body workout
19:00 - 20:00	Power
20:00 - 20:45	Jumping
DOJO	
TIJD	LES
10:00 - 11:00	Bokszak training
19:30 - 20:30	Bokszak training
OUTDOOR	
18:30 - 19:30	Hardlopen <small>*verzamelen bij receptie</small>
SPINNING ZAAL	
TIJD	LES
19:00 - 20:00	Spinning NIEUW!
ZWEMBAD	
TIJD	LES
08:00 - 12:00	Recreatief zwemmen
10:00 - 10:30	Peuter Survival*
15:15 - 18:15	Zwemles ABC*
18:30 - 19:15	AquaRobics
19:15 - 20:00	AquaRobics
20:00 - 22:00	Vrij zwemmen disco

DINSDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
15:00 - 17:00	Fit4Kids ♣♣
18:00 - 19:00	Step/BBB
19:00 - 19:45	C Flex
19:00 - 19:15	Full body workout
19:45 - 20:30	X Core/BRN
20:30 - 21:15	Jumping
FUNXTION ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 10:00	Challenge
DOJO	
TIJD	LES
17:30 - 18:30	Kickboksen 5-9 jr ♣♣
18:30 - 19:30	Kickboksen 10-14 jr ♣♣
19:30 - 20:30	Kickboksen
SPINNING ZAAL	
TIJD	LES
19:00 - 20:00	Spinning
ZWEMBAD	
TIJD	LES
08:00 - 09:00	Recreatief zwemmen
09:30 - 10:00	Baby & Peuter
10:00 - 11:00	Recreatief zwemmen
11:00 - 11:45	AquaVitaal
15:15 - 18:15	Zwemles ABC*
20:00 - 22:00	Vrij zwemmen

WOENSDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
09:00 - 10:00	X Core/BRN
10:00 - 11:00	Power Yoga
15:00 - 16:00	Fit4Kids ♣♣
16:00 - 17:00	Kids Fitness 5-15 jr ♣♣
18:30 - 19:30	Zumba
19:00 - 19:15	Full body workout
DOJO	
TIJD	LES
17:00 - 18:00	Karate 6-15 jr ♣♣
18:00 - 19:00	Karate 6-15 jr ♣♣ <small>advanced</small>
19:00 - 20:00	Bokszak Training
20:00 - 21:00	Kickboksen
ZWEMBAD	
TIJD	LES
09:15 - 10:00	AquaVitaal
10:00 - 10:45	AquaVitaal
18:15 - 19:00	Doelgroep
19:15 - 20:00	AquaRobics
20:00 - 22:00	Recreatief zwemmen

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 zwemlestarief

**Discozwemmen op de laatste zaterdag van de maand



LESROOSTER

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

DONDERDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
18:00 - 18:45	Jumping
19:00 - 19:15	Full body workout
19:00 - 19:45	Hula Hoop NIEUW!
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	AquaVitaal
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
19:15 - 20:15	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 zwemmen
15:15 - 17:30	Zwemles ABC*
17:30 - 18:15	Watertrappers 🧑🧑

ZATERDAG	
GROTE ZAAL	
TIJD	LES
9:45 - 10:15	Mini Dance 2-4 jr NIEUW!
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 🧑🧑
10:15 - 12:00	Karate 6-15 jr 🧑🧑
ZWEMBAD	
TIJD	LES
08:45 - 12:15	Zwemles ABC*
12:15 - 14:00	Recreatief zwemmen
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	Spinning
DOJO	
TIJD	LES
10:00 - 11:00	Bokszaktraining
11:00 - 12:00	Kickboksen 5-14 jr 🧑🧑
ZWEMBAD	
TIJD	LES
10:00 - 15:00	Recreatief zwemmen

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