



# LESROOSTER MEI

## OPENINGSTIJDEN FITNESS OUTDOOR

Ma t/m vr 08:00 - 21:00 uur

Zaterdag 08:00 - 14:00 uur

Zondag 09:00 - 14:00 uur

Aanmelden via NLG app of via website of bij receptie

<http://www.supersaas.nl/schedule/lobith/groepslessen>

Jan van Kleefstraat 1

T: (0316) 820 364

E: info@nlglobith.nl

I: www.nlglobith.nl

### MAANDAG

#### GROTE TENT

TIJD	LES
09:00 - 10:00	Buik Billen Benen
10:15 - 11:00	Hula Hoop
15:00 - 16:00	Kids Spelen
18:00 - 19:00	Yoga
18:30 - 19:30	Hardlopen
19:15 - 20:00	C-FLEX
20:15 - 21:00	XCO Walking

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
08:00 - 12:00	Banen 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	Banen zwemmen*

### DINSDAG

#### GROTE TENT

TIJD	LES
09:00 - 09:45	Challenge
18:00 - 19:00	Step/BBB
16:00 - 17:00	Kids Spelen
16:00 - 17:00	Kids kickboksen
18:30 - 19:30	Bodypump <b>SKYPE</b>
19:45 - 20:15	Jumping <b>SKYPE</b>
20:25 - 21:15	XCO/BRN

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
08:00 - 09:00	Banen zwemmen*
09:30 - 10:00	Baby & Peuter
10:00 - 11:00	Banen zwemmen*
11:00 - 11:45	AquaVitaal
15:15 - 18:15	Zwemles ABC
20:00 - 22:00	Banen zwemmen*

### WOENSDAG

#### GROTE TENT

TIJD	LES
09:00 - 09:45	X Core/BRN
10:00 - 11:00	Power Yoga
15:00 - 16:00	Kids Bootcamp
17:00 - 18:00	Karate t/m 12 jr
18:30 - 19:30	Zumba

#### 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	Banen zwemmen*

### DONDERDAG

#### GROTE TENT

TIJD	LES
09:00-10:00	Challenge
18:00 - 18:45	Jumping <b>SKYPE</b>
18:00 - 19:00	Streetdance 6-8 jr
19:00 - 20:00	Streetdance 9-1 jr
19:00 - 20:00	Power <b>SKYPE</b>
20:10 - 21:10	Spinning <b>SKYPE</b>
20:15 - 21:00	Hula Hoop

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
10:30 - 11:15	AquaVitaal
15:15 - 18:15	Zwemles ABC

### VRIJDAG

#### GROTE TENT

TIJD	LES
09:00 - 09:45	Buik Billen Benen
10:00 - 10:45	Zumba
16:00 - 17:00	Kids kickboksen
19:15 - 20:15	Challenge

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
08:00 - 12:00	Banen zwemmen*
15:15 - 17:30	Zwemles ABC
17:30 - 18:15	Watertrappers

\*Banen zwemmen is voor 16 jr en ouder

\*\*Recreatief zwemmen is enkel voor kinderen t/m 12 jr

### ZATERDAG

#### GROTE TENT

10:15 - 11:15	Karate t/m 12 jr
13:30 - 14:15	Judo 3-6 jr
14:15 - 15:15	Judo 6-12 jr

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
08:45 - 12:15	Zwemles ABC
12:15 - 14:00	Recreatief zwemmen**

### ZONDAG

#### ONLINE

TIJD	LES
09:00 - 09:45	Jumping <b>SKYPE</b>
10:00 - 11:00	Power <b>SKYPE</b>
11:10 - 12:10	Spinning <b>SKYPE</b>

#### ZWEMBAD

TIJD	LES
08:00 - 14:00	Banen zwemmen*

Kidslessen zijn tot en met 12 jaar

Neem de normale veiligheids- en hygiëne maatregelen van het RIVM in acht

Houd 1,5 meter afstand van elkaar en sport binnen de aangegeven vakken