

TIJD	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG
09:00 - 10:00			- BOOTCAMP / TOL - SMALL GROUP*		- BOOTCAMP / PUT	- SMALL GROUP* - LES MILLS GRIT / SGR
09:45 - 10:45						
10:00 - 11:00			- SMALL GROUP*			- BOXING BOOTCAMP / SGR
10:45 - 11:45						
18:30 - 19:30		- SMALL GROUP*	<b>15.15 - 16.15</b> - KIDS BOKSEN VAN 4 T/M 11 JAAR	<b>19.00 - SMALL GROUP*</b>		
19:00 - 20:00	- SMALL GROUP* - BOXING BOOTCAMP - KIDS BOKSEN VAN 12 T/M 16 JAAR	- LES MILLS GRIT / SGR <b>19:30 - MEDISCHE FITNESS</b> <b>20:00 - BOOTCAMP / STR</b>	- SMALL GROUP* - BOXING BOOTCAMP / SGR	<b>19.00 - LES MILLS GRIT</b> <b>19:30 - BOXING BOOTCAMP / SGR</b> <b>19:30 - 21:00 - RUNNING BOOTCAMP / SGR**</b>	- SPINNING / SGR	
20:00 - 21:00	- SPINNING / SGR - SMALL GROUP* - BOOTCAMP / WMS / SGR / ZWD - GEVORDERD BOKSEN		- SMALL GROUP* - BOOTCAMP / SGR	- EXTREME FITNESS / SGR		
21:00 - 22:00	- EXTREME FITNESS / SGR					

### UITLEG LOCATIES

- SGR = 's-Gravendeel Mijlweg 23d
- WMS = Westmaas (verzamelen bij de kerk)
- ZWD = Zwijndrecht (verzamelen op de parkeerplaats gemeentehuis)
- STR = Strijen (verzamelen op de parkeerplaats van de bibliotheek)
- PUT = Puttershoek (verzamelen bij de skatebaan)
- TOL = Oud-Beijerland Oude Tol

\*Small Group Training werkt uitsluitend op afspraak

\*\*Verzamelen in s-Gravendeel bij de voetbalkooi.

