

Rooster Man-Up Small Group PT

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
LIFE	09.30 - 10.30		09.30 - 10.30		09.30 - 10.30	09.00 - 10.00	
	10.35 - 11.35		10.35 - 11.35		10.35 - 11.35	10.05 - 11.05	
	17.45 - 18.45	17.45 - 18.45	17.45 - 18.45	17.45 - 18.45	17.45 - 18.45		
	18.50 - 19.50	18.50 - 19.50	18.50 - 19.50	18.50 - 19.50	18.50 - 19.50		
	19.55 - 20.55	19.55 - 20.55	19.55 - 20.55	19.55 - 20.55	19.55 - 20.55		
	21.00 - 22.00		21.00 - 22.00		21.00 - 22.00		
BOXING		21.00 - 22.00		21.00 - 22.00		11.15 - 12.15	
POWER		21.00 - 22.00		21.00 - 22.00		11.15 - 12.15	
OUTDOOR	18.30 - 19.30		18.30 - 19.30			10.00 - 11.00	
LIVE LIFE							
METINGEN							09.30 - 10.00
							10.00 - 10.30
							10.30 - 11.00
							11.00 - 11.30
COACHGESPREKKEN							11.30 - 12.00

LIFE: Small group trainingen in de gym. Beschikbaar met een lidmaatschap.

BOXING: Small group trainingen in de gym. Beschikbaar met een lidmaatschap incl. specialtyclass strippenkaart.

POWER: Small group trainingen in de gym. Beschikbaar met een lidmaatschap incl. specialtyclass strippenkaart.

OUTDOOR: Small group trainingen buiten. Beschikbaar met een OUTDOOR strippenkaart.

LIVE LIFE: Small group trainingen online. Beschikbaar met een LIVE LIFE strippenkaart.

METINGEN: De metingen vinden plaats in de gym. Gratis te boeken voor leden met een pro lidmaatschap of een 12- of 24 weken traject.

COACHGESPREKKEN: Online of face to face coachgesprekken. Gratis te boeken voor leden met een pro lidmaatschap of een 12- of 24 weken traject.