

LESROOSTER

FITNESS, CARDIO & GROEPSLESSEN



SPIERVERSTERKENDE TRAINING

Yoga Zaal 1

Maandag	9:30u - 10:30u	<i>hatha / vinyasa</i>
Donderdag	18:45u - 19:45u	<i>hatha / vinyasa</i>

Powerpump Zaal 2

Dinsdag	20:00u - 21:00u
---------	-----------------

BBB (buik, billen, benen) Zaal 2

Woensdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only</i>
Woensdag	20:00u - 21:00u	<i>Ladies only</i>

Pilates Zaal 2

Dinsdag	18:45u - 19:45u
---------	-----------------

FIT TRAINING

50+ Fitgym

Maandag	10:00u - 11:00u	<i>Vol</i>
Woensdag	10:00u - 11:00u	
Vrijdag	10:00u - 11:00u	<i>Fitnesszaal</i>

Openingstijden fitness

Maandag t/m vrijdag	8:30u - 22:00u
Zaterdag & zondag	9:00u - 14:00u

CONDITONEEL & SPIERVERSTERKEND

Total body workout

Donderdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only</i> Zaal 2
Donderdag	20:00u - 21:00u	Zaal 2

Bokszaktraining Dojo

Maandag	19:00u - 20:00u	<i>dames & heren</i>
Dinsdag	10:00u - 11:00u	<i>alleen dames</i>
Vrijdag	10:00u - 11:00u	<i>alleen dames</i>

CONDITONELE TRAINING

Zumba Zaal 2

Maandag	19:30u - 20:30u	
Dinsdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only</i>
Woensdag	19:00u - 20:00u	

ENERGIE IN BALANS

Tai Chi Zaal 1

Dinsdag	19:00u - 20:00u
Donderdag	10:00u - 11:00u
Zaterdag	10:00u - 11:00u

FitOut App (gratis bij fitness abonnement)

Altijd een trainer op zak met het fitness-schema van FitOut op je telefoon

Versie 15-04-24 | onder voorbehoud wijzigingen, kijk op elhatri.nl voor het meest actuele rooster

SPORTCENTRUM ELHATRI | Raedeckerstraat 11 | 5623 EX Eindhoven | 040-2440485 | Whatsapp 06-57942343 | info@elhatri.nl
WWW.ELHATRI.NL

www.facebook.com/sportcentrum.elhatri | www.instagram.com/sportcentrum.elhatri | Tiktok: [sportcentrum_elhatri](https://www.tiktok.com/@sportcentrum_elhatri)