

LESROOSTER

FITNESS, CARDIO & GROEPSLESSEN



Openingstijden

Maandag t/m vrijdag 8:30-22:00 uur*

*(12:30-15:30u onbemand geopend)

Zaterdag & zondag 9:00-14:00 uur

SPIERVERSTERKENDE TRAINING

Yoga		Zaal 1
Maandag	9:30u - 10:30u	<i>hatha / vinyasa</i>
Donderdag	18:45u - 19:45u	<i>hatha / vinyasa</i>

BBB (buik, billen, benen)

Dinsdag	10:45u - 11:45u	<i>Ladies only, zaal 2</i>
Woensdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only, zaal 2</i>
Woensdag	19:00u - 20:00u	<i>Ladies only, zaal 1</i>

Powerpump

Powerpump		Zaal 2
Dinsdag	20:00u - 21:00u	
Zaterdag	9:00u - 10:00u	

Pilates

Pilates		Zaal 2
Dinsdag	18:45u - 19:45u	

CONDITIELE TRAINING

Zumba

Zumba		Zaal 2
Maandag	19:00u - 20:00u	
Dinsdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only</i>
Woensdag	19:00u - 20:00u	
Donderdag	20:00u - 21:00u	

Spinning

Spinning		Zaal 1
Maandag	20:00u - 21:00u	
Woensdag	20:00u - 21:00u	
Zaterdag	09:00u - 10:00u	

FitOut App (gratis bij fitness abonnement)

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

CONDITIEEL & SPIERVERSTERKEND

Total body workout

Total body workout		Zaal 2
Maandag	20:00u - 21:00u	
Donderdag	9:30u - 10:30u	<i>Ladies only</i>
Zondag	10:00u - 11:00u	<i>Ladies only</i>

Bokszaktraining

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

Tabata training

Tabata training		Zaal 1
Dinsdag	10:00u - 11:00u	
Donderdag	19:00u - 20:00u	

Fitrox

Fitrox		Outdoor
Woensdag	19:00u - 20:00u	

FIT TRAINING

50+ Fitgym

Maandag	10:00u - 11:00u	<i>zaal 2</i>
Woensdag	10:00u - 11:00u	<i>outdoor</i>
Donderdag	10:00u - 11:00u	<i>dojo</i>
Vrijdag	10:00u - 11:00u	<i>fitness (circuit)</i>

ENERGIE IN BALANS

Tai Chi

Tai Chi		Zaal 1
Dinsdag	19:00u - 20:00u	
Donderdag	10:00u - 11:00u	

Openingstijden fitness

Maandag t/m vrijdag 8:30u - 22:00u

Zaterdag & zondag 9:00u - 14:00u

Versie 12-6-2026 | 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