

**Roosters Training Unit
Bladel**

Let op! Dit rooster is van 7 augustus t/m 29 augustus (Bouwvak Zuid)

**De thaibox lessen voor de jeugd zijn in de schoolvakantie (24 juli t/m 5 september)
alleen op maandag (Bladel) en donderdag (Reusel)**

Maandag:

9:00 – 10:00	Pilates
18:15 – 19:15	Jeugd thaiboksen
19:30 – 20:00	Core
20:00 – 21:00	Bokszak Training

Dinsdag:

18:30 – 19:30	TU CrossTraining
18:45 – 19:45	Hatha Yoga

Woensdag:

9:00 – 10:00	TU CrossTraining
10:00 – 11:00	Pilates
18:30 – 19:30	TU CrossTraining
19:00 – 20:00	Survival Jeugd
19:30 – 20:00	Core
20:00 – 20:30	Bokszak Training
20:30 – 21:30	Thaiboksen

Donderdag:

9:00 – 10:00	Power Yoga
19:00 – 20:00	Pilates
20:15 – 21:15	TU CrossTraining

Vrijdag:

9:00 – 10:00	TU CrossTraining
--------------	------------------

Zaterdag:

8:00 – 9:00	TU CrossTraining
9:00 – 10:00	TU CrossTraining

Zondag:

10:00 – 11:15	Bootcamp
---------------	----------

Reusel

Maandag:

Gym: 7:00 – 22:00

Dinsdag:

Gym: 7:00 – 22:00

19:30 – 20:30 Thaiboksen

Woensdag:

Gym: 7:00 – 22:00

Donderdag:

Gym: 7:00 – 22:00

18:15 – 19:15 Thaiboksen jeugd

19:30 – 20:30 Vrije pads / sparren

Vrijdag:

Gym: 7:00 – 21:00

Zaterdag:

Gym: 8:00 – 14:00

11:00 – 12:00 Thaiboksen

Zondag:

Gym: 8:00 – 12:00

De Studio Reusel

Dinsdag:

10.00 - 11.00 Power Yoga

11.00 - 12.00 Stoel Yoga

19.00 - 20.00 Core Dynamics

20.00 - 21.00 Barre training

Woensdag:

09.00 - 10.00 Power pilates

19.00 - 20.00 Power Pilates

20.00 - 21.00 Yin Yoga

Donderdag:

10.00 - 11.00 Power Pilates

19.00 - 20.00 Hatha Yoga

20.00 - 21.00 Power Yoga

Zaterdag:

09.00 - 10.00 Core Dynamics

10.00 - 11.00 Power Yoga

Zondag:

09.00 - 10.00 Power Pilates

Crossfit Krl 1

Maandag:

06:30 – 07:30 CF ONRAMP
07:30 – 08:30 CF WOD

18:00 – 19:00 CF ONRAMP
19:00 – 20:00 CF WOD
20:00 – 21:00 CF WOD

Dinsdag:

06:30 – 07:30 CF WOD
07:30 – 08:30 CF WOD
10:00 – 11:00 CF WOD

18:00 – 19:00 CF WOD
19:00 – 20:00 CF WOD
20:00 – 21:00 CF ONRAMP INHAAL

Woensdag:

06:30 – 07:30 CF ONRAMP 1.0
07:30 – 08:30 CF WOD

18:00 – 19:00 CF ONRAMP 2.0
19:00 – 20:00 CF WOD
20:00 – 21:00 CF WOD

Donderdag:

06:30 – 07:30 CF WOD
07:30 – 08:30 CF WOD

18:00 – 19:00 CF WOD
19:00 – 20:00 CF WOD

Vrijdag:

06:30 – 07:30 CF ONRAMP 1.0
07:30 – 08:30 CF WOD
09:00 – 10:00 CF WOD

18:00 – 19:00 CF ONRAMP 2.0
19:00 – 20:00 CF WOD

Zaterdag:

09:00 – 10:00 CF WOD
10:00 – 11:00 CF WOD
11:00 – 12:00 CF Proefles
12:00 – 13:00 WEIGHTLIFTING