

Roosters Training Unit Bladel

Maandag:

7:45 – 8:45 Pilates
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
19:30 – 20:30 Hatha Yoga

Woensdag:

6:30 – 7:30 TU CrossTraining
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

Donderdag:

9:00 – 10:00 Power Yoga

19:00 – 20:00 Pilates
20:15 – 21:15 TU CrossTraining

Vrijdag:

6:30 – 7:30 TU CrossTraining
9:00 – 10:00 TU CrossTraining

17:30 – 18:30 Thaiboksen Jeugd
18:30 – 19:30 TU CrossTraining
19:30 – 20:30 Bokszak Training

Zaterdag:

8:00 – 9:00 TU CrossTraining
9:00 – 10:00 TU CrossTraining
10:00 – 11:00 Survival Jeugd

Zondag:

10:00 – 11:15 Bootcamp

Reusel

Maandag:

Gym: 7:00 – 22:00

Dinsdag:

Gym: 7:00 – 22:00

17:00 – 18:00 Jeugd thaiboksen
19:30 – 20:30 Thaiboksen
20:30 – 21:30 TU CrossTraining

Woensdag:

Gym: 7:00 – 22:00

18:15 – 19:15 Thaiboksen Jeugd
19:30 – 20:30 Bokszak Training
20:30 – 21:30 Thaiboksen

Donderdag:

Gym: 7:00 – 22:00

18:15 – 19:15 Thaiboksen jeugd
19:30 – 20:30 Dames thaiboksen + 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 ONRAMP
07:30 – 08:30 WOD

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

19:00 – 20:00 Weightlifting

Dinsdag:

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

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

Woensdag:

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

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

Donderdag:

06:30 – 07:30 WOD
07:30 – 08:30 WOD

18:00 – 19:00 WOD
19:00 – 20:00 WOD

Vrijdag:

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

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

Zaterdag:

09:00 – 10:00 WOD
10:00 – 11:00 WOD
11:00 – 12:00 Proefles
12:00 – 13:00 Weightlifting