

Lestijdenoverzicht Sportclub F en F The Inner Way



Lesrooster SNEEK												
Dag	Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag		Zaterdag	
Zaal	zaal 1	zaal 2	zaal 1	zaal 2	zaal 1	zaal 2	zaal 1	zaal 2	zaal 1	zaal 2	zaal 1	zaal 2
09.00		Body Fit		Body Fit		Body Fit		Body Fit		Body Fit		
09.15												
09.30	Tai Chi Beginners	09.00 - 10.00		09.00 - 10.00		09.00 - 10.00		09.00 - 10.00	Introductie cursus	09.00 - 10.00		
09.45	Tai Chi Beginners	09.15-10.15 uur										
10.00												
10.15					Taiji Masterclass		Tai Chi	Introductie cursus			Karate Jeugd	Karate 35+
10.30					9.00-12.00 uur		Gevorderden				6 t/m 12 jr.	10.00-11.00 uur
10.45	Tai Chi						10.00-11.00 uur					
11.00	Tai Chi											
11.15	Gevorderden											
11.30												
11.45							ZEN Meditatie				Karate Junioren 13	Body Fit
12.00	ZEN Meditatie						11.15-12.00 uur				t/m 17 jr. 11.00-12.30 uur	11.00-12.00 uur
12.15	11.45-12.30 uur											
12.30												
12.45												
13.00												
13.15												
13.30												
13.45							Tai Chi 55+					
14.00	Fit 'n Fun						13.30-14.30 uur					
14.15	13.45-14.45 uur											
14.30												
14.45							Fit 'n Fun 55+					
15.00							14.45-15.15 uur					
15.15												
15.30												
15.45												
16.00	Politie Karate	Kickboksen Jeugd	Karate Welpjes		Karate Jeugd	Kickboksen Jeugd	Karate Welpjes					
16.15		12 t/m 17 jaar	4 t/m 6 jr.		6 t/m 12 jaar	12 t/m 17 jr.	4 t/m 6 jr.					
16.30			16.00-17.00 uur		15.00-16.00 uur	16.00-17.00 uur	16.00-17.00 uur					
16.45												
17.00												
17.15												
17.30												
17.45			Fit 'n Fun	Hip Hop Dance								
18.00			17.30-18.30 uur	10 t/m 18 jr								
18.15				17.30-18.30 uur								
18.30		Introductie cursus			Tai Chi Beginners	ZEN Meditatie			Introductie cursus			
18.45					18.15-19.15 uur	18.15-19.15 uur						
19.00		TWG 18.00										
19.15		19.30 uur										
19.30			Tai Chi Beginners	Introductie cursus								
19.45			19.15-20.15 uur									
20.00	Boksen			TWG	Karate Senioren	Karate 35+	Boksen	Fit 'n Fun			Tai Chi Beginners	
20.15	19.30-21.00 uur			19.00-20.30 uur	18 jr en ouder	19.30-20.30 uur	19.30-21.00 uur	19.30 - 20.30			19.00-20.00 uur	
20.30					19.30-21.30 uur	Kickboksen						
20.45						18 jaar e.o.						
21.00			Tai Chi	ZEN Meditatie		20.30 - 21.30					Kickboksen	
21.15			Gevorderden	20.30-21.30 uur							18 jr. e.o.	
21.30												
21.45			ZEN Meditatie									
22.00			21.30-22.15 uur									
22.15												
22.30												
22.45												
23.00												
23.15												
23.30												
23.45												

Informeer naar onze tarieven en aantrekkelijke kortingsregelingen