

LESROOSTER

PERIODE
AUGUSTUS 2026

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
						10:30 - 11:00 KRACHT TRAINING
						11:00 - 11:15 BUIKSPIER KWARTIER
	19:00 - 19:30 CIRCUIT TRAINING	19:00 - 19:30 BBB				
	19:30 - 19:45 BUIKSPIER KWARTIER					