

SPORTBOULEVARD DE ENGH
OPTISPORT BRENGT JE
IN BEWEGING!

Zwemles - Banenzwemmen - Aqua'Groepslessen - Vrijzwemmen

ZWEMTIJDEN



MAANDAG

<u>07.00 - 08.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>09.00 - 11.15</u>	<u>Liz&Wes Spetterles</u>
<u>12.00 - 13.00</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>13.00 - 13.45</u>	<u>AQUA VITAAL</u>
<u>15.45 - 18.00</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>
<u>20.15 - 21.00</u>	<u>AQUA FIT</u>

DINSDAG

<u>07.00 - 08.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>09.00 - 10.00</u>	<u>Vrouwenzwemmen</u>
<u>12.00 - 13.00</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>13.45 - 14.30</u>	<u>AQUA JOGGEN</u>
<u>15.45 - 18.00</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>

WOENSDAG

<u>07.00 - 08.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>09.00 - 11.15</u>	<u>Liz&Wes Spetterles</u>
<u>12.00 - 12.45</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>11.15 - 12.00</u>	<u>AQUA FIT</u>
<u>13.00 - 17.00</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>
<u>20.00 - 21.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>

DONDERDAG

<u>07.00 - 08.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>12.00 - 13.00</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>13.00 - 13.45</u>	<u>AQUA VITAAL</u>
<u>15.45 - 18.00</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>
<u>19.00 - 19.45</u>	<u>AQUA BOOTCAMP</u>
<u>20.15 - 21.00</u>	<u>AQUA FIT</u>
<u>20.15 - 21.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>

VRIJDAG

<u>07.00 - 08.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>09.00 - 11.00</u>	<u>Vrouwenzwemmen</u>
<u>11.15 - 12.00</u>	<u>AQUA FIT</u>
<u>12.00 - 13.00</u>	<u>Banenzwemmen</u>
<u>14.45 - 17.00</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>

ZATERDAG

<u>08.00 - 11.45</u>	<u>Zed&Sop Zwemles</u>
<u>11.30 - 16.00</u>	<u>Vrij zwemmen</u>

ZONDAG

<u>10.00 - 11.30</u>	<u>Zed&Sop Turbo</u>
<u>11.30 - 12.30</u>	<u>Zed&Sop Oefenuur</u>
<u>11.00 - 16.00</u>	<u>Vrij zwemmen</u>
<u>12.30 - 13.30</u>	<u>Banenzwemmen</u>

OPENINGSTIJDEN	Fitness	Wellness
Maandag	<u>07.00 - 22.00</u>	<u>13.00 - 22.00</u>
Dinsdag	<u>07.00 - 22.00</u>	<u>10.00 - 22.00</u>
Woensdag	<u>07.00 - 22.00</u>	<u>10.00 - 22.00</u>
Donderdag	<u>07.00 - 22.00</u>	<u>10.00 - 22.00</u>
Vrijdag	<u>07.00 - 20.30</u>	<u>10.00 - 22.00</u>
Zaterdag	<u>08.00 - 16.00</u>	<u>10.00 - 16.00</u>
Zondag	<u>08.00 - 16.00</u>	<u>10.00 - 16.00</u>



Sportboulevard De Engh

Volg ons op Social media en blijf op de hoogte van het laatste nieuws rondom Sportboulevard de Engh



Sportboulevard de Engh | Dalweg 181 | 3762 AW Soest

T 035-6027363 | E engh@optisport.nl | www.optisport.nl/engh

HEALTH CLUB SOEST OPTISPORT BRENGT JE IN BEWEGING!

Fitness - Zwemmen - Groepslessen - Sauna

GROEPSLESROOSTER



MAANDAG

09.00 - 09.45	Booty Fit
10.00 - 11.00	Pilates
19.30 - 20.30	Zumba
19.30 - 20.30	Cycle
20.30 - 21.15	BRN

DINSDAG

10.00 - 11.00	Yoga
11.00 - 11.30	Fifty Fit
19.00 - 19.30	Core
19.45 - 20.30	Power

WOENSDAG

09.00 - 09.45	BRN
19.00 - 19.30	Core
19.30 - 20.00	HIIT Barbell
19.30 - 20.30	Cycle
20.00 - 21.00	Zumba

DONDERDAG

18.00 - 19.00	Pilates
19.00 - 20.00	Boxercise
20.00 - 21.00	Yoga

VRIJDAG

09.00 - 09.45	Booty Fit
10.00 - 11.00	Pilates
11.00 - 11.30	Fifty Fit

ZATERDAG

09.00 - 09.45	BRN
10.00 - 11.00	Power

ZONDAG

09.00 - 10.00	Cycle
10.00 - 11.00	Yoga
11.00 - 12.00	Boxercise

OPENINGSTIJDEN	Fitness	Wellness
Maandag	07.00 - 22.00	13.00 - 22.00
Dinsdag	07.00 - 22.00	10.00 - 22.00
Woensdag	07.00 - 22.00	10.00 - 22.00
Donderdag	07.00 - 22.00	10.00 - 22.00
Vrijdag	07.00 - 20.30	10.00 - 22.00
Zaterdag	08.00 - 16.00	10.00 - 16.00
Zondag	08.00 - 16.00	10.00 - 16.00



Volg ons op Social media en blijf op de hoogte van het laatste nieuws rondom Optisport Health Club Soest



Optisport Health Club Soest de Eng | Dalweg 181 | 3762 AW Soest

T 035-6027363 | E soest@optisporthealthclub.nl | www.optisport.nl/engh