

# ROOSTER HOOFDSTRAAT

## MAANDAG

07.30 - 12:30 **Vrije inloop**  
13.00 - 14:00 COPD training  
14:00 - 17:00 **Vrije inloop**  
17:00 - 18:00 WPS training  
18:30 - 19:30 GLI trainingsgroep  
19:30 - 20:30 ATT trainingsgroep

## DINSDAG

07.30 - 09:00 Vrije inloop  
09:00 - 10:00 ATT Training  
10:30 - 14:00 **Vrije inloop**  
14.30 - 15.30 Diabetes / 55+ / Oncologie  
15:30 - 18:00 **Vrije inloop**  
18:30 - 19:30 Elite Training  
19:30 - 20:00 Buik Spierchallenge  
20:00 - 21:00 Circuit Boksen

## WOENSDAG

07.30 - 09.00 **Vrije inloop**  
09.00 - 10.00 Trainingsgroep Ouderen  
10:00 - 11:00 Vrije inloop  
11:00 - 12:00 Trainingsgroep Ouderen  
12:00 - 13:00 **Vrije inloop**  
13.00 - 14.00 ATT training  
14.00 - 16:00 **Vrije inloop**  
16.00 - 17:00 Kick Fun Boksen  
19:00 - 20:00 ATT training  
20:00 - 21:00 SKI & SchaatsFIT

## DONDERDAG

07:30 - 11:00 **Vrije inloop**  
11:00 - 12:00 Trainingsgroep Ouderen  
12:00 - 13:00 **Vrije inloop**  
13.15 - 14.15 COPD training  
14:30 - 18:00 **Vrije inloop**  
18:30 - 19:30 ATT Trainingsgroep  
19:00 - 20:00 COVID Trainingsgroep  
19.30 - 20.30 ATT Trainingsgroep  
20.30 - 21.00 Buikspier Challenge

## VRIJDAG

07.30 - 17.00 **Vrije inloop**

## ZATERDAG

08.00 - 12.00 **Vrije inloop**