

Rooster cursussen



Periode 3: 11 februari t/m 21 april 2019

Met een OlymPas kun je (gratis) deelnemen aan alle cursussen.

Inschrijven voor een cursus (m.u.v. Pole Fitness®) kan vanaf **maandag 28 januari** bij de sportdesk van Olympos of via de website: www.olympos.nl. De inschrijving voor Pole Fitness® start vanaf **dinsdag 29 januari**.

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
07.15 - 08.00	Cross challenge		Kratistos		OlymPas + bijbetaling
16.30 - 17.30	Cross challenge		Kratistos	Pablo Castellanos	OlymPas + bijbetaling
17.00 - 18.30	Volleybal	(ver)gevorderden	Hal 1 deel A en B	Victor Trouw	OlymPas
18.30 - 19.30	Boksen		MB-zaal	Tim Schmelter	OlymPas
18.45 - 20.15	Pole Fitness®	gevorderden	Spinning	Joelle Hoen	OlymPas
19.00 - 20.15	Cross circuit		Kratistos	Pieter Schaafsma	OlymPas + bijbetaling
19.30 - 20.30	Kickboksen		MB-zaal	Tim Schmelter	OlymPas
20.15 - 21.30	Cross circuit		Kratistos	Pieter Schaafsma	OlymPas + bijbetaling

Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
07.15 - 08.00	Cross challenge		Kratistos	Brigitte Sukel	OlymPas + bijbetaling
08.00 - 08.45	Pilates voor medewerkers		Dans 2	Cristina van Aalst	OlymPas
18.00 - 19.30	Hardlooptrainingen	alle niveaus	Buiten	José van Dam	OlymPas
19.30 - 20.30	Cross challenge		Kratistos		OlymPas + bijbetaling
20.45 - 22.10	Krav Maga		MB-zaal	Koos Cuijpers	OlymPas

Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
07.15 - 08.00	Cross challenge		Kratistos	Pablo Castellanos	OlymPas + bijbetaling
11.30 - 12.30	Cross challenge		Kratistos	Pablo Castellanos	OlymPas + bijbetaling
17.00 - 18.00	Cross challenge		Kratistos	William van Tiggele	OlymPas + bijbetaling
17.30 - 18.45	Pole Fitness®	beginners/halfgev.	Spinning		OlymPas
17.30 - 19.00	Hardlooptrainingen	5 & 10 km	Buiten	José van Dam	OlymPas
18.00 - 19.30	Volleybal	gevorderde beginners	Hal 1 deel C	Victor Trouw	OlymPas
18.30 - 19.30	Kickboksen		MB-zaal	Dennis Karssen	OlymPas
19.30 - 20.30	Boksen		MB-zaal	Dennis Karssen	OlymPas
19.30 - 21.00	Volleybal	halfgevorderden	Hal 1 deel C	Victor Trouw	OlymPas

Donderdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
07.15 - 08.00	Cross challenge		Kratistos	Brigitte Sukel	OlymPas + bijbetaling
08.00 - 08.45	Yoga voor medewerkers		Dans 1	Cristina van Aalst	OlymPas
17.00 - 18.00	Cross challenge		Kratistos	Brigitte Sukel	OlymPas + bijbetaling
17.00 - 18.30	Volleybal	gevorderden	Hal 3 deel A en B	Victor Trouw	OlymPas
17.15 - 18.45	Hardlooptrainingen	beginners	Buiten	Rafael Bouts	OlymPas
17.15 - 18.45	Hardlooptrainingen	(halve) marathon	Buiten	Dirk Wijnalda	OlymPas
18.00 - 19.30	Aerial acrobatiek		MB-zaal	Joelle Hoen	OlymPas
19.15 - 20.15	Pole Fitness®	beginners	Spinning	Ilse Diepeveen	OlymPas

Vrijdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
07.15 - 08.00	Cross challenge		Kratistos	William van Tiggele	OlymPas + bijbetaling
17.00 - 18.00	Cross challenge		Kratistos	William van Tiggele	OlymPas + bijbetaling

Zondag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Nodig voor deelname
10.00 - 11.00	Cross challenge		Kratistos		OlymPas + bijbetaling
13.30 - 14.30	Cross challenge		Kratistos		OlymPas + bijbetaling

Cursussen met afwijkende periodes

Inschrijven voor een cursus kan vanaf twee weken van te voren bij de sportdesk van Olympos of via de website: www.olympos.nl.
Week 7 t/m 11: maandag 28 januari en week 12 t/m 16: maandag 4 maart.

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Periode	Nodig voor deelname
09.30 - 10.30	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos		Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
09.30 - 10.30	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos		Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling
17.30 - 18.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Pablo Castellanos	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
17.30 - 18.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Pablo Castellanos	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling
19.00 - 20.30	Survivalrun		Buiten		Week 7 t/m 11	OlymPas

Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Periode	Nodig voor deelname
10.00 - 11.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
10.00 - 11.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling

Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Periode	Nodig voor deelname
09.30 - 10.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Pablo Castellanos	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
09.30 - 10.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Pablo Castellanos	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling

Donderdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Periode	Nodig voor deelname
10.00 - 11.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
10.00 - 11.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling
19.30 - 20.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
19.30 - 20.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	Brigitte Sukel	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling

Vrijdag	Cursus	Niveau	Locatie	Docent	Periode	Nodig voor deelname
11.30 - 12.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	William van Tiggele	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
11.30 - 12.30	Krachttraining voor beginners	gemengd	Kratistos	William van Tiggele	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling
18.00 - 19.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	William van Tiggele	Week 7 t/m 11	OlymPas + bijbetaling
18.00 - 19.00	Krachttraining voor beginners	alleen vrouwen	Kratistos	William van Tiggele	Week 12 t/m 16	OlymPas + bijbetaling

Tarieven					
	Categorie A	Categorie B	Categorie X	Categorie C	Opmerkingen
OlymPas	€ 130,00	€ 249,50	€ 328,50	€ 365,00	Voor 12 maanden
Per 1 februari	€ 135,00	€ 260,00	€ 342,00	€ 380,00	Voor 12 maanden
OlymPas	€ 15,50	€ 24,95	€ 32,85	€ 36,50	Per maand
Per 1 februari	€ 16,50	€ 26,00	€ 34,20	€ 38,00	Per maand
Krachttraining	€ 5,00	€ 10,00	€ 10,00	€ 10,00	Per vijf weken
Cross circuit	€ 10,00	€ 20,00	€ 20,00	€ 20,00	Per tien weken
Cross challenge	€ 10,00	€ 20,00	€ 20,00	€ 20,00	Per tien weken

Tariefcategorie A	Studenten van Nederlandse universiteiten, HU, HKU, UvH
Tariefcategorie B	Medewerkers en alumni* UU, HU, UMCU, HKU, UvH, Hubrecht Instituut/Westerdijk Institute Partners van medewerkers, vrijwilligers, partners van vrijwilligers en oud-medewerkers (gepensioneerden) UMCU Studenten van hbo-instellingen aangesloten bij de hbo-raad
Tariefcategorie X	Medewerkers instellingen / bedrijven Utrecht Science Park
Tariefcategorie C	Overigen

* mits in het bezit van een Vriendenpas Utrechts Universiteitsfonds

Wijzigingen onder voorbehoud. Kijk voor het actuele rooster op www.olympos.nl
Tel. (030) 253 4471 Facebook: www.facebook.com/sportcentrumolympos Twitter: @olymposutrecht

www.olympos.nl