

Kerstrooster groepslessen

Geldig van 23 december 2024 t/m 5 januari 2025

Je kunt aan deze groepslessen deelnemen met een OlymPas of OlymPas dagkaart.

Maandag 23 december	Les	Locatie
16.00 - 17.00	Krachtraining medewerkers	Fitness
17.00 - 17.55	Zumba	Dans 1
17.30 - 18.25	Intensity	MB-zaal
17.30 - 18.25	Spinning	Spinning
18.00 - 19.00	Hyrox	Kratistos
18.00 - 19.10	Powerpump	Dans 1
18.30 - 19.25	KickBag	MB-zaal
19.15 - 20.10	BRN@	Dans 1
19.45 - 21.30	Boksen / kickboksen	MB-zaal

Dinsdag 24 december	Les	Locatie
09.30 - 10.25	Pilates	Dans 2
11.00 - 12.00	Cross challenge	Kratistos

Fijne Kerstdagen

Vrijdag 27 december	Les	Locatie
10.00 - 10.55	Supershape	Dans 1
16.45 - 17.40	Yoga	Dans 2
17.30 - 18.30	Hyrox	Kratistos
17.50 - 19.00	Powerpump	Dans 1
18.00 - 18.55	KickBag	MB-zaal

Zaterdag 28 december	Les	Locatie
10.00 - 11.10	Powerpump	Dans 1
11.10 - 12.05	Step-booty-core	Dans 1

Zondag 29 december	Les	Locatie
09.30 - 10.35	Powerpump	Dans 1
10.00 - 11.00	Cross challenge	Kratistos
10.35 - 11.30	Dance	Dans 1
11.30 - 12.25	Step&shape medium	Dans 1

Maandag 30 december	Les	Locatie
16.00 - 17.00	Krachtraining medewerkers	Fitness
17.30 - 18.25	Intensity	MB-zaal
18.00 - 19.00	Hyrox	Kratistos
18.00 - 19.10	Powerpump	Dans 1
18.30 - 19.25	KickBag	MB-zaal
19.15 - 20.10	BRN@	Dans 1

Dinsdag 31 december	Les	Locatie
09.30 - 10.25	Pilates	Dans 2
11.00 - 12.00	Cross challenge	Kratistos

Gelukkig nieuwjaar

Donderdag 2 januari	Les	Locatie
11.00 - 12.00	Cross challenge	Kratistos
17.00 - 17.55	Yoga	Dans 2
17.15 - 18.10	Intensity	MB-zaal
17.45 - 18.40	Zumba	Dans 1
18.00 - 18.55	Ashtanga yoga basic	Dans 2
18.15 - 19.10	Spinning	Spinning
18.30 - 19.30	Gewichtheffen beginners	Kratistos
18.45 - 19.40	Supershape	Dans 1

Vrijdag 3 januari	Les	Locatie
08.30 - 09.25	Yoga	Dans 2
09.30 - 10.25	Pilates	Dans 2
10.00 - 10.55	Supershape	Dans 1
16.45 - 17.40	Yoga	Dans 2
17.00 - 17.55	Spinning	Spinning
17.30 - 18.30	Hyrox	Kratistos
17.50 - 19.00	Powerpump	Dans 1
18.00 - 18.55	KickBag	MB-zaal

Zaterdag 4 januari	Les	Locatie
10.00 - 11.10	Powerpump	Dans 1
11.10 - 12.05	Step-booty-core	Dans 1

Zondag 5 januari	Les	Locatie
09.30 - 10.35	Powerpump	Dans 1
10.35 - 11.30	Dance	Dans 1
11.30 - 12.25	Step&shape medium	Dans 1
11.30 - 12.30	Hyrox	Kratistos

Reserveren les

Je kunt online een plek reserveren vanaf 07.30 uur twee dagen vóór de dag waarop de les plaatsvindt. Reserveren is mogelijk tot een half uur voordat de betreffende groepsles begint.

OlymPas

Deelnemen aan groepslessen kan onbeperkt en flexibel (mits een les niet vol is uiteraard) met een OlymPas.

Gebruiksregels

Als je deelneemt aan het sportaanbod van Olympos, dien je je aan de gebruiksregels te houden.

[Klik hier voor de gebruiksregels.](#)

Actuele roosterwijzigingen

Om altijd op de hoogte te zijn van nieuwe groepslessen, laatste wijzigingen in het rooster of lesuitval, houd onze website in de gaten, of volg ons op Instagram en Facebook. Ook kun je je inschrijven voor de nieuwsbrief via www.olympos.nl/nieuwsbrief

Sportcentrum
Olympos

info@olympos.nl
www.olympos.nl