

# Rooster cursussen (10 weken)

Periode 4: 20 april t/m 28 juni 2026



Start inschrijving: dinsdag 7 april 2026

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.00 - 12.00	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
16.30 - 17.30	Cross challenge		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
17.00 - 18.30	Volleybal	gev.beginners/halfgev.	Hal 1 deel A & B	OlymPas
17.30 - 19.00	Hardlooptraining	5 & 10 km	Buiten	OlymPas
18.00 - 19.00	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
19.00 - 20.15	Polesport	gevorderden	Spinning	OlymPas
19.15 - 20.15	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.30 - 18.30	Cross challenge		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
18.30 - 19.45	Hardlooptraining	beginners	Buiten	OlymPas
Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.00 - 12.00	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
16.30 - 17.30	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
17.00 - 18.30	Volleybal	gevorderden	Hal 3 deel C	OlymPas
17.30 - 19.00	Hardlooptraining	alle niveaus	Parnassos	OlymPas
17.30 - 18.45	Polesport	beginners/halfgevorderden	Spinning	OlymPas
18.00 - 19.00	Cross challenge		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
18.30 - 20.00	Volleybal	vergevorderden	Hal 3 deel C	OlymPas
20.00 - 22.00	Cheerleading	beginners/halfgevorderden	Squashbaan 1	OlymPas
Donderdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.00 - 12.00	Cross challenge		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
17.00 - 18.30	Volleybal	halfgevorderden	Hal 3 deel A & B	OlymPas
17.15 - 18.45	Hardlooptraining	10+ km	Buiten	OlymPas
18.15 - 19.30	Aerial acrobatiek	(half)gevorderden	MB-zaal	OlymPas
19.30 - 20.45	Polesport	beginners	Spinning	OlymPas
Vrijdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.30 - 18.30	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
Zaterdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
09.45 - 11.30	Aerial acrobatiek	alle niveaus	MB-zaal	OlymPas
10.00 - 12.30	Cheerleading	gevorderden	Squashbaan 1	OlymPas
Zondag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.30 - 12.30	Hyrox		Kratistos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)

# Rooster klimcursussen (4 weken)

Week 24-27 8 juni t/m 5 juli

Start inschrijving: dinsdag 26 mei

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.00 - 19.00	Klimmen: toprope	beginners	Kalymnos	OlymPas + € 12,10 (cat. A/B/C)
19.00 - 21.00	Klimmen: voorklimmen	gevorderden	Kalymnos	OlymPas + € 53,20 cat. A/B/C)
Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
18.00 - 20.00	Klimmen: toprope	beginners	Kalymnos	OlymPas + € 12,10 (cat. A/B/C)
20.00 - 22.00	Klimmen: techniek	gevorderden	Kalymnos	OlymPas + € 48,90 cat. A/B/C)
Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.00 - 19.00	Klimmen: toprope	beginners	Kalymnos	OlymPas + € 12,10 (cat. A/B/C)

**Tariefcategorie A** Studenten van de UU en andere Nederlandse universiteiten, HU, HKU, UvH en van MBO: ROC Midden Nederland, Grafisch Lyceum Utrecht, Nimeto en MBO Utrecht.

**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 C** Overigen

\* mits in het bezit van een Vriendenpas Utrechts Universiteitsfonds

[Klik hier voor de \(kortings\)tarieven van de OlymPas.](#)

# Rooster korte cursussen (5 weken)

Periode H: 26 mei t/m 28 juni 2026

Start inschrijving: maandag 11 mei

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
14.00 - 15.00	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
12.00 - 13.00	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
16.30 - 17.25	Zelfverdediging	alle niveaus	MB-zaal	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
18.00 - 19.30	Survivalrun		Survivalbaan	OlymPas
Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
13.00 - 14.00	Krachtraining voor beginners	beginners	Kalymnos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
Donderdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
09.45 - 11.15	Yoga basisprincipes en meer	alle niveaus	Parnassos	OlymPas + € 17,50 (cat. A/B/C)
14.30 - 15.30	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
16.30 - 17.30	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
Vrijdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.00 - 12.00	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)
16.00 - 17.00	Krachtraining voor beginners	beginners	Kratistos	OlymPas + € 5,90 (cat. A/B/C)

# Rooster Kickstart fitness (3 weken)

Week 23-25 1 t/m 21 juni 2026 (inschrijven vanaf maandag 18 mei)

Maandag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
08.00 - 09.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
20.00 - 21.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Dinsdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
12.30 - 13.30	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
20.30 - 21.30	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Woensdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.00 - 18.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Donderdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
14.30 - 15.30	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
17.30 - 18.30	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Vrijdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
17.00 - 18.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Zaterdag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
10.00 - 11.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas
Zondag	Cursus	Niveau	Locatie	Nodig voor deelname
11.00 - 12.00	Kickstart fitness	beginners	Fitness	OlymPas

**Tariefcategorie A** Studenten van de UU en andere Nederlandse universiteiten, HU, HKU, UvH en van MBO: ROC Midden Nederland, Grafisch Lyceum Utrecht, Nimeto en MBO Utrecht.

**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 C** Overigen

\* mits in het bezit van een Vriendenpas Utrechts Universiteitsfonds

[Klik hier voor de \(kortings\)tarieven van de OlymPas.](#)

Wijzigingen onder voorbehoud. Kijk voor het actuele rooster op [www.olympos.nl](http://www.olympos.nl)

Tel. (030) 253 4471 Facebook: /sportcentrumolympos Instagram: @olymposutrecht YouTube: /olymposutrecht

**[www.olympos.nl](http://www.olympos.nl)**