



ISOKIN
Training & Therapie

www.isokin.nl/ 055-5341082

Maandag		Dinsdag	
8.00-10.00	vrij trainen	8.00-11.30	vrij trainen
9.00-10.00	total work-out	9.00-11.30	vrij trainen +
10.30-15.00	xxxxxxxxxxxx	10.30-11.00	total work-out
13.00-15.00	vrij trainen	13.00-15.00	vrij trainen
16.00-21.00	vrij trainen	16.15-17.15	xxxxxxxxxxxx
17.00-18.00	total work-out	17.00-21.00	vrij trainen
17.00-21.00	vrij trainen +	17.00-21.00	vrij trainen +
19.45-20.00	thema kwartier	18.30-19.00	total work-out
20.00-21.00	steps	19.45-20.00	thema kwartier

Woensdag		Donderdag	
8.00-12.00	vrij trainen	8.00-11.30	vrij trainen
13.00-14.00	xxxxxxxxxxxx	9.00-11.30	vrij trainen +
14.00-15.00	xxxxxxxxxxxx	9.00- 9.30	total work-out
15.00-16.00	xxxxxxxxxxxx	10.00-10.30	total work-out
17.00-21.00	vrij trainen	11.30-14.30	xxxxxxxxxxxx
17.00-21.00	vrij trainen +	15.00-21.00	vrij trainen
19.45-20.00	thema kwartier	17.00-21.00	vrij trainen +
20.00-21.00	total work-out	19.00-19.30	total work-out
		19.45-20.00	thema kwartier
		20.00-20.45	zumba

Vrijdag		Openingstijden	
8.00-12.00	vrij trainen	maandag	8.00-21.00
10.30-11.30	xxxxxxxxxxxx	dinsdag	8.00-21.00
13.00-18.00	vrij trainen	woensdag	8.00-21.00
14.00-15.00	xxxxxxxxxxxx	donderdag	8.00-21.00
		vrijdag	8.00-18.00
Zaterdag	tot 31 mei 2012	zaterdag	8.30-11.00
		zondag	gesloten
8.30-11.00	vrij trainen		
9.00- 9.30	total work-out		
10.00-10.30	total work-out		

+ = Trainen met begeleiding.

X= gereserveerd voor fysiotherapie en bewegsgroepen.

302 1 1 4 0 9 3 1 3 1 1

