



















Openingstijden Physique

Maandag t/m donderdag 08.00 - 22.00 uur
 Vrijdag 08.00 - 21.00 uur
 Zaterdag 08.30 - 13.00 uur
 Zondag 08.30 - 13.00 uur

Begeleidingsuren Stauffer Salon

Maandag: 09.00 - 12.00 uur en 18.45 - 20.30 uur
 Dinsdag: 18.45 - 21.00 uur
 Donderdag: 18.45 - 20.30 uur
 Vrijdag: 09.00 - 12.00 uur

	Aerobicszaal								Indoor Cycle en Megawalk zaal						
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag		Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
08.30															
08.45															
09.00	09.00-10.00		08.45-09.45			09.00-10.00	09.00-09.50	09.00-10.00		09.00-10.00		09.00-10.00			
09.15	Yoga		Pilates/ Power Yoga				BBB- training								
09.30															
09.45			09.45-10.45												
10.00			Total body work out			10.00-11.00	10.00-11.00						10.00-11.00	10.00-11.00	
10.15	10.00-11.00														
10.30						BBB- training	Body- Forming								
10.45															
11.00	WORX														
11.15															
11.30															
11.45															
12.00															
17.00															
17.15															
17.30															
17.45															
18.00															
18.15															
18.30	18.25-19.15							18.15-19.00							
18.45															
19.00			19.00-20.00					19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00				
19.15	19.15-20.15	19.15-20.15	Yoga												
19.30	Body- Forming														
19.45															
20.00															
20.15	20.15-21.15	20.15-21.15													
20.30		Yoga													
20.45															
21.00															
21.15															
21.30															
21.45															
22.00															

MET JOUW ABONNEMENT KUN JE OOK GEBRUIK MAKEN VAN DE RICOCHETBANEN, ZONNEBANK, SAUNA!

	Fitnesszaal								CrossCube zaal						
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag		Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
08.30															
08.45															
09.00	09.00-10.00	09.00-10.00	09.00-10.00	09.00-10.00	09.00-10.00									09.00-09.30	
09.15	Medifit		Cardio Circuit	Cardio circuit	Medifit									CrossCube XXL	
09.30	09.00-10.00	Cardio circuit	09.15-10.15	Cardio circuit	09.00-10.00		09.30-10.00						09.30-10.00		
09.45	Cardio Circuit				Cardio Circuit		Cardio circuit						CrossCube XXL		
10.00			Medifit												
10.15								10.30-11.15				10.15-11.00			
10.30	10.30-11.30	10.30-11.30	10.15-11.15		10.30-11.30			CrossCube XXL		10.30-11.15		CrossCube XXL			
10.45										CrossCube XXL					
11.00	Senioren fitness	Senioren fitness	Medifit		Senioren fitness										
11.15						11.15-12.15							11.15-12.00	11.15-12.00	
11.30						Brichbouw fitness							CrossCube XXL	CrossCube XXL	
11.45															
12.00															
	Tussen 12.00 - 16.00 uur geen begeleiding in de fitness aanwezig										15.00-16.00				
15.30								15.30-16.00	15.30-16.00	Kids CrossCube 8-14 jaar	15.30-16.00	15.30-16.00			
15.45								CrossCube XXL	CrossCube XXL		CrossCube XXL	CrossCube XXL			
16.00					16.00-17.00										
17.00			17.00-18.00		Kids Bootcamp					17.00-18.00					
18.00			Medifit							Azora CrossCube					
18.15															
18.30								18.30-19.15			18.30-19.15	18.30-19.00			
18.45								CrossCube XXL			CrossCube XXL	CrossCube XXL			
19.00									19.00-19.45						
19.15	19.15-20.15				19.00-20.00				Bootcamp		19.15-20.00	19.15-20.00	19.15-20.00		
19.30					Bootcamp										
19.45	Cardio circuit							19.15-20.00			CrossCube Challenge	CrossCube XXL	CrossCube XXL		
20.00								20.00-20.45		19.45-20.30					
20.15								20.00-20.45	CrossCube XXL		20.00-20.45				
20.30								20.15	Bokszak Training		Bokszak Training				
20.45								20.30							
21.00								20.45							
21.15								21.00							
21.30								21.15							
21.45								21.30							
22.00								21.45							
								22.00							

Dagelijks B-B-B kwartiertje om: 10.00 uur, 16.00 uur, 17.00 uur, 19.00 uur, 20.00 uur en 21.00 uur

Physique Terborg
t Veld 28
7061 DD Terborg

www.uwspportcentrum.nl
info@uwspportcentrum.nl
tel: 0315 - 32 96 06