

# Leshooster Rodney's Gym

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag	
10:00	Ladies only 10-11u							
10.15								
10.30								
10.45								
11.00							wedstrijd training 10.00- 12.00u	
11.15								
11.30								
11.45								
12.00								
18.15	<u>Kickboksen</u> Jeugd 10-13 jr 18.15-19.15	<u>Kickboksen</u> Jeugd 6-9 jr 18.15-19.15	<u>Kickboksen</u> Jeugd 6-13 jr 18.15-19.15	<u>Kickboksen</u> Jeugd 10-13 jr 18.15-19.15	<u>Kickboksen</u> Jeugd 6-13 jr 18.15-19.15			
18.30								
18.45								
19.00								
19.15								
19.30	<u>Kickboksen</u> Recreanten & gevorderden 19.30-20.30	<u>H.I.I.T</u> <u>Circuittraining</u> 19.15-20.15u	<u>Kickboksen</u> Recreanten & gevorderden 19.30-20.30	<u>Kickboksen</u> Recreanten & gevorderden 19.30-20.30	<u>Kickboksen</u> Recreanten & gevorderden 19.30-20.30	<u>Kickboksen</u> Recreanten+ Gevorderden 19.30-21.00u		
19.45								
20.00								
20.15								
20.30								
20.45	Boksaktraining 20.30-21.30u	Wedstrijdtraining 20.30-21.30u	Ladies only 20.30-21.30u	<u>H.I.I.T</u> <u>Circuittraining</u> 20.30-21.30u				
21.00								
21.15								
21.30								
21.45								