

YESFIT

/LESROOSTER

Maandag

09.00 - 10.00
18.00 - 19.00
19.00 - 20.00

Bokszaktraining
Kickboksen
Bokszaktraining

Techniek
Jeugd (vechters)
Ladies only

Dinsdag

17.00 - 18.00
18.00 - 19.00
19.00 - 20.00
20.00 - 21.00

Kickboksen
Kickboksen
Kickboksen
Bokszaktraining

Kids (6 t/m 10)
Jeugd (10 t/m 14)
Techniek & sparren
Kracht & techniek

Woensdag

09.00 - 10.00
18.00 - 19.00
19.00 - 20.00

Bokszaktraining
Bokszaktraining
Bokszaktraining

Techniek & padstraining
Circuit & padstraining
Ladies only

Donderdag

17.00 - 18.00
18.00 - 19.00
19.00 - 20.00
20.00 - 21.00

Kickboksen
Kickboksen
Kickboksen
Bokszaktraining

Kids (6 t/m 10)
Jeugd (10 t/m 14)
Techniek & sparren
Kracht & Techniek

Vrijdag

09.00 - 10.00
18.00 - 19.00
19.00 - 20.00
20.00 - 21.00

Bokszaktraining
Kickboksen
Bokszaktraining
Bokszaktraining

Conditie & techniek
Jeugd (vechters)
Ladies only
Conditie & Techniek

Zondag

09.00 - 10.00
10.00 - 11.00
12.00 - 13.00

Bokszaktraining
Bokszaktraining
Kickboksen

Moslina's only
Ladies only
Techniek & sparren