

# LESROOSTER LEUSDEN VOLWASSENEN 2023.10

MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG		ZATERDAG	
09.00 BODYPUMP	1	09.00 RPM	S	09.00 SPRINT	S	09.00 BODYPUMP	1	08.00 RPM	S	09.00 RPM	S
09.00 PILATES	2	10.00 SHAPE	1	09.45 RPM MIX	S	09.00 PILATES	2	09.00 RPM	S	10.15 Sprint	S
10.00 BODYBALANCE	1			09.00 SHAPE-STEP	2	10.15 SHAPE	1	08.45 YOGA	2	09.00 BODYCOMBAT	1
10.00 Bokszak-training	B			09.00 GRIT BARBELL	1			09.00 ZUMBA	1	08.30 Grap-dril-spar	B2
				09.00 Bokszak-training	B			10.00 Bokszak-training	B	12.30 TAEKWONDO	B1
				09.30 CORE - CX	1			10.00 BODYBALANCE	1	TTE (Selectie)	
				10.15 BODYPUMP	1			10.00 GRIT BARBELL	2		
				10.00 FUNXTION	2			10.30 CORE - CX	2		
								10.00 FUNXTION	O	10.00 FUNXTION	O

AVOND		AVOND		AVOND		AVOND		AVOND		ZONDAG	
18.00 Bokszak-training	B	18.30 KARATE	B	18.00 Bokszak-training	B	18.30 GRIT SERIES	1	19.00 BODYPUMP	1	09.00 RPM	S
18.45 BODYPUMP	1	18.30 TAEKWONDO	B1	18.45 JIU-JITSU	B2	19.00 JUDO WED	B1	19.00 TAEKWONDO	B1	10.15 RPM MIX	S
20.00 BODYPUMP	1	18.30 GRIT BARBELL	1	19.00 BODYPUMP	1	19.00 JUDO recreatie	B	19.45 Bokszak-training	B	08.45 YOGA	2
19.00 KICKBOKSEN (B)	B	19.00 CORE - CX	1	19.00 TAEKWONDO	B1	19.00 PILATES	2			09.00 Grap-dril-spar (vrij)	B
19.00 BARRE	2	19.00 BODYCOMBAT	2	19.00 KICKBOKSEN	B	19.00 CORE - CX	1			10.00 BODYBALANCE	1
		19.30 BJJ (all levels)	B2	19.00 BODYBALANCE	2	20.15 KARATE	B			10.00 Bokszak-training	B
19.30 JUDO	B1	19.45 SHAPE-STEP	1	20.00 BJJ - NOGI	B2	19.30 BODYJAM	1				
20.00 BODYATTACK	2	20.00 ZUMBA	2	20.15 AIKIDO	B1	19.30 BJJ (all levels)	2			10.00 FUNXTION	O
20.15 Bokszak-training	B	21.00 BODYBALANCE	1	20.15 SH'BAM	1						
20.00 BJJ - Beginners	B2										
18.30 RPM	S	18.00 RPM	S			19.00 SPRINT	S	<b>VERDERE AFSPRAKEN</b>  <b>GROEPSLES AANMELDEN VIA DE APP IS VERPLICHT!</b>  <b>Materialen schoonmaken na gebruik</b> <b>Handdoek verplicht bij training</b>			
19.45 RPM	S	19.45 RPM	S	19.45 RPM	S	19.45 RPM	S				
20.00 FUNXTION	O			20.00 FUNXTION	O						

**B = Boks Studio**    **B1 = Budozaal 1**    **B2 = Budozaal 2**  
**1 = Aerobiczaal boven**    **2 = Aerobiczaal beneden**    **O = Outdoor**

## OPENINGSTIJDEN SPORTSCHOOL

## OPENINGSTIJDEN FITNESS & Racketsport

**Maandag t/m Vrijdag**    07.00 - 23.30 uur  
**Zaterdag**    08.00 - 18.00 uur  
**Zondag**    08.00 - 22.30 uur

Open van 07.00 tot 23.00 uur  
 Open van 08.00 tot 17.00 uur  
 Open van 08.00 tot 22.00 uur

## KINDEROPVANG

**Maandag t/m Vrijdag**    08.45 - 11.45 uur

## Theo Meijer Sport

Plantageweg 6  
 3833 AZ Leusden  
 T: 033-4946409  
 E: info@theomeijersport.nl  
[www.theomeijersport.nl](http://www.theomeijersport.nl)




# LESROOSTER LEUSDEN JEUGD vanaf augustus 2023

## TUIMELLEN - JUDO - KARATE - TAEKWONDO- KICKBOKSEN - STREETDANCE - JUNIORFIT

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			VRIJDAG			ZATERDAG		
			18.30	Taekwondo 13+	B1	14.45	Tuimelen 4 tot 6jr	B2				15.00	Tuimelen 4 tot 6jr	B2	08.45	Tuimelen 4 tot 6 jr	B1
16.00	Kickboksen 6 t/m 9jr	B	18.30	Karate 11 t/m 15	B	15.30	Judo 6 t/m 7 jr	B2				15.45	Judo jeugd 6+	B2	09.30	Judo 6 t/m 7jr	B1
16.30	Tuimel/Judo jeugd 4+	B2				16.00	Kickboksen 6 t/m 9jr	B				16.30	Juniorfit 8 - 14jr	A1	10.30	Judo 8 t/m 9j	B1
16.30	Juniorfit 8 - 14jr	A1				16.30	Judo 8 t/m 11 jr	B2				17.00	Karate jeugd -10	B2	11.30	Judo 10+	B1
17.00	Kickboksen 10 t/m 13jr	B				16.30	Juniorfit 8 - 14jr	A1				18.00	Karate jeugd -16	B2			
17.00	Streetdance 7+	1				17.00	Kickboksen 10 t/m 13jr	B									
18.00	Judo wedstrijd - 15	B1				18.00	Taekwondo 6 t/m 12jr	B1									
19.00	Kickboksen 14+ BEG	B															

B1 = Budo groot (boven) B2 = Budo klein (boven) B = Boks Studio A1 = Aerobiczaal (boven) A2 = Aerobiczaal (beneden)

## BUITENLOCATIES

DINSDAG		WOENSDAG		ZATERDAG		Theo Meijer Sport Plantageweg 6 3833 AZ Leusden T: 033-4946409 E: <a href="mailto:info@theomeijersport.nl">info@theomeijersport.nl</a> <a href="http://www.theomeijersport.nl">www.theomeijersport.nl</a>		
		SPORThAL DE BRINK Wezeperberg 6 3825 DJ Amersfoort		WOUDENBERG Bosrand 17 3931 AR Woudenberg			GYMZAAL DE LAAK Zwartsluiskade 2 3825 EG Amersfoort	
15.45	Tuimelen 4 tot 6jr	14.15	Tuimelen 4 tot 6jr	09.00	Tuimelen 4 tot 6jr			
16.30	Judo 6 t/m 11 jaar	15.00	Judo 6+	09.45	Judo 6+			
				10.45	Judo 6+			
Amersfoort Vathorst		Woudenberg		Amersfoort Vathorst				