

# LESROOSTER LEUSDEN VOLWASSENEN vanaf 22.08.2022 versie 3

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	10.00 CORE by Luke 2	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
10.00 FiftyFit 2		09.00 Bokszak-training B		10.00 BOKS & KICKFIT B	11.30 TAEKWONDO B1 TTE (Selectie)
		09.30 CORE - CX 1		10.00 BODYBALANCE 1	
		10.15 BODYPUMP 1		10.00 GRIT BARBELL 2	
		10.00 FUNXTION O		10.30 CORE - CX 2	
				10.00 FUNXTION O	10.00 FUNXTION O

AVOND	AVOND	AVOND	AVOND	AVOND	ZONDAG
18.15 Bokszak-training B	18.30 KARATE B	18.00 Bokszak-training B	18.30 GRIT BARBELL 2	19.00 BODYPUMP 1	09.00 RPM S
19.00 BODYPUMP 1	18.30 TAEKWONDO B1	19.00 BODYPUMP 1	19.00 JUDO WED B1	19.00 KARATE B2	10.15 RPM MIX S
19.00 KICKBOKSEN (B) B	18.30 GRIT BARBELL 1	19.00 TAEKWONDO B1	19.00 BODYJAM 1	19.00 TAEKWONDO B1	08.45 YOGA 2
19.00 BARRE 2	19.00 CORE - CX 1	19.00 KICKBOKSEN B	19.00 CORE - CX 2	19.00 KICKBOKS wedstr B	09.00 Grap-dril-spar (vrij) B
19.00 JIU-JITSU B2	19.00 BODYCOMBAT 2	19.00 BODYBALANCE 2	19.00 JIU-JITSU B	20.15 Bokszak-training B	10.00 BODYBALANCE 2
19.30 JUDO B1	19.30 BJJ (all levels) B2	20.15 SH'BAM 1	19.30 GRIT CARDIO 2		10.00 Bokszak-training B
20.00 BODYATTACK 2	19.45 SHAPE-STEP 1	20.00 KICKBOKS wedstr B	19.30 BJJ (all levels) 2		
20.15 Bokszak-training B	20.00 ZUMBA 2	20.00 BJJ - NOGI B2	20.00 PILATES 1		
20.15 BJJ - NOGI B2	21.00 BODYBALANCE 2	20.15 AIKIDO B1	20.15 JUDO recreatie B1		10.00 FUNXTION O

18.30 RPM S	18.00 RPM S		19.00 SPRINT S
19.45 RPM S	19.45 RPM S	19.45 RPM S	19.45 RPM S
20.00 FUNXTION O		20.00 FUNXTION O	

## VERDERE AFSPRAKEN

**GROEPSLES AANMELDEN VIA DE APP IS VERPLICHT!**

Materialen schoonmaken na gebruik  
Handdoek verplicht bij training

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

### OPENINGSTIJDEN SPORTSCHOOL

<b>Maandag t/m Vrijdag</b>	07.00 - 23.30 uur
<b>Zaterdag</b>	08.00 - 18.00 uur
<b>Zondag</b>	08.00 - 22.00 uur (vanaf sept)
<b>Zondag</b>	08.00 - 18.00 uur (jun-jul-aug)

### OPENINGSTIJDEN FITNESS

Open van 07.00 tot 23.00 uur
Open van 08.00 tot 17.00 uur
Open van 08.00 tot 21.30 uur
Open van 08.00 tot 17.00 uur

### KINDEROPVANG

<b>Maandag t/m Vrijdag</b>	08.45 - 11.45 uur
----------------------------	-------------------

**Theo Meijer Sport - Leusden**

Plantageweg 6  
3833 AZ Leusden  
T: 033-4946409

E: [info@theomeijersport.nl](mailto:info@theomeijersport.nl)  
[www.theomeijersport.nl](http://www.theomeijersport.nl)



Leden van TMS Leusden zijn ook welkom op onze locatie in Amersfoort

# LESROOSTER LEUSDEN JEUGD vanaf 22-08-2022

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

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			VRIJDAG			ZATERDAG		
15.45	Tuimelen 4 tot 6jr	B2	18.30	Taekwondo 13+	B1	14.45	Tuimelen 4 tot 6jr	B2	16.00	Judo 8 t/m 10 jr	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	Judo jeugd 6+	B2				16.00	Kickboksen 6 t/m 9jr	B				16.30	Juniorfit 8 - 14jr	A1	10.30	Judo 8 t/m 11jr	B1
16.30	Juniorfit 8 - 14jr	A1				16.30	Judo 8 t/m 11 jr	B2				17.00	Karate jeugd -10	B2			
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

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	WOENSDAG	ZATERDAG	<b>Theo Meijer Sport - Leusden</b> 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>
	<b>SPORTHAL DE BRINK</b> Wezeperberg 6 3825 DJ Amersfoort	<b>WOUDENBERG</b> Bosrand 17 3931 AR Woudenberg	<b>VATHORST DE BRON</b> Oceaan 14 3825 WC Amersfoort	<b>GYMZAAL DE LAAK</b> Zwartsluiskade 2 3825 EG Amersfoort	
	15.45 Tuimelen 4 tot 6jr	14.15 Tuimelen 4 tot 6jr	14.30 Judo 5-7jr	09.00 Tuimelen 4 tot 6jr	
	16.30 Judo 6 t/m 11 jaar	15.00 Judo 6+	15.30 Judo 7-9jr	09.45 Judo 6+	
				10.45 Judo 6+	
	<b>Amersfoort Vathorst</b>	<b>Woudenberg</b>	<b>Amersfoort Vathorst</b>	<b>Amersfoort Vathorst</b>	