



LESROOSTER LEUSDEN VOLWASSENEN vanaf 31 augustus versie 4.0

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			VRIJDAG			ZATERDAG		
08.00	BODYPUMP 45	1	09.00	RPM	S	09.15	Sprint	S	09.00	BODYPUMP	1	08.00	RPM 45	S	09.00	RPM	S
09.00	BODYPUMP	1	10.00	Shape	1	10.00	Spinin/RPM	S	09.00	Pilates	T	09.00	RPM	S	09.00	COMBAT	1
09.00	Pilates	T	10.00	CX of CORE	T4	09.00	Sculpture/Shape	1	10.15	Shape	1	09.00	ZUMBA 45	1	09.00	Grap-dril-spar	B2
10.15	BODYBALANCE	1				09.30	GRIT	T4				09.30	GRIT	T			
						10.00	CX of CORE	T4				10.00	CX of CORE	T			
						10.15	BODYPUMP	1				10.00	BODYBALANCE	1			
												10.30	BOKS & KICKFIT	T			
10.30	FUNXTION	O				10.30	FUNXTION	O				10.30	FUNXTION	O	10.00	FUNXTION	O

AVOND			AVOND			AVOND			AVOND			AVOND			ZONDAG		
18.15	BOKS & KICKFIT	T	18.30	KARATE (J)	B2	18.00	BOKS & KICKFIT	T	18.30	JUDO WED	T4	17.45	KARATE (J)	1	09.00	RPM/SPRINT	S
18.30	BODYPUMP 45	1	18.30	GRIT	T4	18.00	TAEKWONDO J	B1	18.30	GRIT	T4	19.00	BODYPUMP	1	10.15	Spininn	T
18.30	KICKBOKSEN (B)	T4	19.00	CX of Core	T4	18.30	BODYPUMP 45	1	18.45	Jiu-Jitsu	B1	19.00	BOKS & KICKFIT	T	09.00	YOGA	T
19.15	BARRE	T	19.00	COMBAT	1	19.00	TAEKWONDO	B1	19.00	CX of Core	T4	19.00	Karate	B1	09.00	Grappl/drill/spar	B2
19.30	BODYPUMP 45	1	19.00	TAEKWONDO	B1	19.00	KICKBOKSEN	B2	19.00	BODYJAM	1	20.15	BOKS & KICKFIT	T			
19.30	JUDO	B1	19.00	BJJ kids + beg	T4	19.15	BODYBALANCE	T	19.00	BJJ kids + beg	B2				10.00	BODYBALANCE	1
20.00	Jiu-Jitsu	B2	19.30	KARATE	B2	19.30	BODYPUMP	1	20.00	BJJ gevorderd					10.00	BOKS & KICKFIT	T
20.00	Grappling - NOGI	T4	19.45	SHAPE	T4	20.00	KICKBOKSEN	B1	20.00	Bu-Jitsu do	B1				10.00	FUNXTION	O
20.15	BOKS & KICKFIT	T	20.00	BJJ Gevorderd	T4	20.15	Grappling - NOGI	B2	20.00	Pilates	T4						
20.30	BODYATTACK	1	20.15	ZUMBA	1	20.15	AIKIDO	T4	20.00	JUDO recreatie	B2						
			21.00	BODYBALANCE	T	20.30	SH'BAM	1	20.15	Step-Fit	1						

18.45	RPM	S	18.00	RPM	S	18.45	RPM	S	19.00	Sprint	S
20.00	RPM	S	19.45	RPM	S	20.00	RPM	S	19.45	RPM	S
20.00	FUNXTION	O				20.00	FUNXTION	O			

VERDERE AFSPRAKEN

AANMELDEN VIA DE APP IS VERPLICHT!

Groepslessen gaan door bij minimaal 6 deelnemers

Handdoek verplicht bij training

Schoonmaken materialen na gebruik

T = Tent buiten T4 = Tennisbaan 4 binnen 1 = aerobiczaal (boven) S= spinningzaal O= outdoor
Bij slecht weer gaat training van T (buiten) naar T4 (binnen)

OPENINGSTIJDEN SPORTSCHOOL

Maandag t/m Vrijdag	07.00 - 23.00 uur
Zaterdag	07.30 - 17.00 uur
Zondag	07.30 - 22.00 uur

OPENINGSTIJDEN FITNESS

Open van 07.00 tot 22.00 uur
Open van 07.30 tot 16.00 uur
Open van 07.30 tot 16.00 uur

KINDEROPVANG

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

Theo Meijer Sport - Leusden

Plantageweg 6

3833 AZ Leusden

T: 033-4946409

E: info@theomeijersport.nl

www.theomeijersport.nl




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

LESROOSTER LEUSDEN JEUGD vanaf 31 augustus versie 4.0

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

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			VRIJDAG			ZATERDAG		
15.45	Tuimelen 4 tot 6jr	B1	18.30	Karate 11 t/m 15	B2	14.45	Tuimelen 4 tot 6jr	B1	16.00	Judo 8 t/m 10 jr	B1	15.00	Tuimelen 4 tot 6 jr	B1	08.45	Tuimelen 4 tot 6 jr	B1
16.00	Kickboksen 6 t/m 12jr	T4	19.00	Taekwondo 13+	B1	15.30	Judo 6 t/m 7 jr	B1	19.00	Bjj kids	B2	15.45	Judo 6 t/m 7jr	B1	09.30	Judo 6 t/m 7jr	B1
16.30	Juniorfit 8 - 14jr	F	19.00	BJJ kids	T4	16.00	Kickboksen 6 t/m 9jr	T4				16.30	Juniorfit 8 - 14jr	F	10.30	Judo 8 t/m 11jr	B1
16.30	Judo 6 t/m 7jr	B1				16.30	Judo 8 t/m 11 jr	B1				17.00	Judo 8 t/m 14jr	B1	11.30	Taekwondo	B1
17.30	Streetdance 9+	1				16.30	Juniorfit 8 - 14jr	F				17.45	Karate 11 t/m 15jr	T4			
18.30	Kickboksen 13+ BEG	T4				17.00	Kickboksen 10 t/m 13jr	T4				18.00	Karate 6 t/m 10jr	B1			
						18.00	Taekwondo 6 t/m 12jr	B1									

BUITENLOCATIES

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			ZATERDAG				BUITENLOCATIE ADRESSEN: Gymzaal Corderius L.Heijncsstraat 23 Amersfoort Sporthal de Brink Wezeperberg 6 Amersfoort (Vathorst) Gymzaal de Laak Zwartsluitkade 2 Amersfoort (Vathorst)
CORDERIUS			SPORTHAL DE BRINK			WOUDENBERG			GYMZAAL DE LAAK				
16.30	Judo 6 t/m 11 jr		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+			
						VATHORST DE BRON			10.45	Judo 6+			
Let op: AANGEPAST per 14-09			Let op : AANGEPAST per 14-09			14.30	Judo 5-7jr					Sporthal de Camp Bosrand 17 Woudenberg	
						15.30	Judo 7-9jr						
						16.30	Judo 8-11jr						

T = Tent buiten T4 = Tennisbaan 4 binnen 1 = aerobiczaal (boven) S= spinningzaal O= outdoor

Bij slecht weer gaat training van T (buiten) naar T4 (binnen) Aanmelden is verplicht! - Let op routing