

LESROOSTER THEO MEIJER SPORT LEUSDEN update 1 sept' 19

30 minuten / Faster Fit

45 min

55 minuten

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
1 = grote zaal boven		2 = zaal naast fitness		S = spinningzaal boven		B = budozaal
		09:15 LES MILLS sprint	S			09:00 LES MILLS GRIT
		09:30 LES MILLS GRIT	2	09:30 LES MILLS GRIT	2	09:30 LES MILLS CXWORX
10:00 LES MILLS CXWORX	10:00 LES MILLS CXWORX	10:00 LES MILLS CXWORX	2	10:00 LES MILLS CXWORX	2	
	18:30 LES MILLS GRIT			18:30 LES MILLS CXWORX		
	19:00 LES MILLS CXWORX			19:00 LES MILLS GRIT		
	sprint			sprint		
		20:30 LES MILLS SH'BAM	1	20:00 LES MILLS BODYATTACK		
09:00 LES MILLS BODYPUMP	09:00 LES MILLS RPM	09:00 SCULPTURE SHAPE	1	09:00 LES MILLS BODYPUMP	09:00 LES MILLS RPM	09:00 LES MILLS RPM
PILATES				PILATES	ZUMBA	LES MILLS BODYCOMBAT
09:00 FIFTY FIT	10:00 SHAPE	10:00 LES MILLS BODYPUMP	1	10:00 SHAPE	10:00 LES MILLS BODYBALANCE	10:00 LES MILLS BODYBALANCE
		SPIN-50-FIT	S			BOKS & KICKFIT
10:00 LES MILLS BODYBALANCE					10:30 BOKS & KICKFIT	10:15 SPIN-INN
						11:00 ZUMBA
17:30 STREETDANCE	18:00 LES MILLS RPM	18:00 BOKS & KICKFIT	2			
18:15 BOKS & KICKFIT						
18:45 LES MILLS RPM						
19:00 LES MILLS BODYPUMP	19:00 LES MILLS BODYCOMBAT			19:00 LES MILLS BODYJAM	19:00 LES MILLS BODYPUMP	
19:15 barre		19:15 LES MILLS BODYPUMP	1			
		LES MILLS BODYBALANCE	2			
19:45 LES MILLS RPM	19:45 LES MILLS RPM	19:45 LES MILLS RPM	S	19:45 LES MILLS RPM	S	
	SCULPTURE SHAPE					
20:00 LES MILLS BODYATTACK	ZUMBA					20:00 BOKS & KICKFIT
20:15 BOKS & KICKFIT		20:15 STEP FIT	2			
	21:00 LES MILLS BODYBALANCE	21:00 LES MILLS RPM	S			

Geopend Ma t/m Vr
7:00 - 24:00

Zaterdag 8:00 - 18:00

Zondag 8:30 - 23:00

Theo Meijer Sport
Locatie Leusden
 Plantageweg 6
 3833 AZ Leusden
 T 033 4946409
 W www.theomeijersport.nl
 E info@theomeijersport.nl



One life, live it well

Locatie Amersfoort
 Kosmonaut 8E
 3824 WK Amersfoort
 T 033 4567707
 W www.theomeijersport.nl
 E info@theomeijersport.nl

	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG	
FITNESS	09:30	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION	
	10:00		FUNXTION					
	20:00	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION	FUNXTION			
	16:30	JUNIORFit	8-14 jr	JUNIORFit	8-14 jr	JUNIORFit	8-14 jr	
	Fitness	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00	08.30 - 12.00
	Begeleiding Fitness open	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	16.00 - 22.00 07.00 - 23.00	08.00 - 17.00 08.30 - 22.00
Budo 1 grote zaal boven	16:15 - 17:15	KICKBOXEN JEUGD 6 t/m 12 jaar		KICKBOXEN 16:00 uur 6 t/m 9j		JUDO 8 t/m 14 jaar		
	17:00 - 18:00			17:00 uur 10 t/m 13j		KARATE 6 t/m 10 jaar		
	18:00 - 19:00			TAEKWONDO Beg. 6 t/m 12 jaar				
	18:00 - 19:30	JUDO JBN/RTC 15 jaar						
	18:30 - 20:00				JUDO WEDSTRIJD Senior			
	19:00 - 20:00			TAEKWONDO Gev. 13+ jaar				
	19:30 - 21:15	JUDO JBN/RTC 18 & ouder						
	19:45 - 21:00		TAEKWONDO 13+ jaar					
20:00 - 21:15			KICKBOXEN 14+ jaar	BU JITSU DO (Krav Maga)				
Budo 2 kleine zaal boven	08:45 - 09:30					TUIMELEN 4-6jr		
	09:30 - 10:30					JUDO 6 t/m 7 jaar		
	10:30 - 11:30					JUDO 8 t/m 11 jaar		
	14:45 - 15:30			TUIMELEN 4-6jr				
	15:00 - 15:45					TUIMELEN 4-6jr		
	15:45 - 16:30	TUIMELEN 4-6jr						
	15:30 - 16:30			JUDO 6-7jr				
	15:45 - 16:45					JUDO 6-7jr		
	16:00 - 17:00		JUDO 8jr WED		JUDO 8 t/m 10 jaar			
	16:30 - 17:30	JUDO 6-7jr		JUDO 8 t/m 11 jaar				
	17:45 - 19:00					KARATE 11 t/m 15 jr		
	18:00 - 19:00			TAEKWONDO 6 t/m 12 jaar				
	18:15 - 19:30		KARATE 11 t/m 15 jaar					
	18:30 - 19:45	KICKBOXEN 13+ Beginners						
	18:45 - 20:00				JIU - JITSU +14 jaar			
	19:00 - 20:00			KICKBOXEN 14+ Beginners				
	19:00 - 20:30					KARATE 16+ jaar		
	19:30 - 20:45		KARATE 16+ jaar					
20:00 - 21:30			AIKIDO Senior					
20:00 - 21:15	JIU - JITSU +14 jaar			JUDO Recreatie				
Buitenlocaties	09:00 - 09:45					TUIMELEN 4-6jr	BUITENLOCATIES	
	09:45 - 10:45					JUDO 6+ jaar	Sporthal Corderius L.Heijncsstraat 23 Amersfoort	
	10:45 - 11:45					JUDO 6+ jaar		
	14:15 - 15:00			TUIMELEN 4-6jr		Gymzaal de Laak	Sporthal de Brink Wezeperberg 6 Amersfoort (Vathorst)	
	15:00 - 16:00			JUDO 6+ jaar Woudenberg			Sporthal	
	14:30 - 15:30			JUDO 5-7 jaar			De Camp	
	15:30 - 16:30			JUDO 7-9 jaar			Bosrand 17 Woudenberg	
	16:30 - 17:30			JUDO 8-11 jaar				
	15:45 - 16:30		TUIMELEN 4-6jr	Vathorst (De Bron)			Sporthal de Bron Ocean 14 Amersfoort (Vathorst)	
	16:30 - 17:30		JUDO 6-7 jaar					
	17:30 - 18:30		JUDO 8-11 jaar				Gymzaal de Laak Zwartsluitkade 2 Amersfoort (Vathorst)	
	16:00 - 17:00	TUIMELEN 4-6jr	Sporthal De Brink					
	17:00 - 18:00	JUDO 6+ jaar Sporthal Corderius						

Fitness
Budo & Jeugd



One life, live it well

柔術道