

| Maandag | Zaal |
|---------------------------------|----------|
| 08.30 Fysiogym (Vol) | Fitness |
| 09.30 Reumagroep | Fitness |
| 10.00 Spinning | Spinning |
| 18.45 Dans | Danszaal |
| 19.00 TRX (Beginners / 30 min.) | Dojo |
| 19.00 Spinning | Spinning |
| 19.30 Bootcamp | Buiten |
| 19.30 Fit & Shape | Danszaal |
| 19.30 Kickboxen | Dojo |
| 20.00 Spinning | Spinning |
| 20.15 Pilates | Danszaal |

| Dinsdag | Zaal |
|------------------------------|----------------------------|
| 09.00 Tai Chi | Danszaal |
| 09.00 Fysiogym (Vol) | Fitness |
| 10.00 Senior Fit | Fitness |
| 10.10 Yoga | Body & mind |
| 14.00 Senior Fit | Fitness |
| 15.00 Fysiogym | Fitness |
| 17:00 Jeugd Fitness | Fitness |
| 18.00 Kickboxen (Jeugd) | Dojo |
| 18.30 Fysiogym | Fitness |
| 18.45 Kickboxen (Jeugd) | Dojo |
| 19.00 Kick & Fun | Danszaal |
| 19.00 Spinning | Spinning |
| 19.30 Kickboxen | Dojo |
| 20.00 Club Power | Danszaal |
| 20.15 The CrossBox (Opgeven) | Functional Training Ruimte |

| Woensdag | Zaal |
|--------------------------------|-------------|
| 07.00 Ontbijtfitness (Opgeven) | Fitness |
| 09.00 Fysiogym | Fitness |
| 09.00 Pilates | Body & Mind |
| 09.45 Fit & Fun Circuit | Danszaal |
| 10.00 Spinning | Spinning |
| 10.00 Kickboxen (Opgeven) | Dojo |
| 18.30 Total Fitness Circuit | Fitness |
| 18.45 Club Yoga | Danszaal |
| 19.00 Spinning | Spinning |
| 19.30 TRX | Dojo |
| 19.30 Steps | Danszaal |
| 20.00 Wielrentraining | Spinning |
| 20.15 Club Power | Danszaal |
| 20.15 Pilates | Body & Mind |
| 20.30 Fysiogym | Fitness |

| Donderdag | Zaal |
|------------------------------|----------------------------|
| 09.00 Fit & Shape | Danszaal |
| 09.00 Fysiogym (Vol) | Fitness |
| 09.45 Club Power | Danszaal |
| 10.00 Senior Fit | Fitness |
| 14.00 Senior Fit | Fitness |
| 15.00 Fysiogym | Fitness |
| 17.00 Jeugd Fitness | Fitness |
| 17.30 Kickboxen (Jeugd) | Dojo |
| 18.15 Kickboxen (Jeugd) | Dojo |
| 19.00 Kickboxen | Dojo |
| 19.30 Dans | Danszaal |
| 19.30 Spinning | Spinning |
| 19.30 Total Fitness Circuit | Fitness |
| 20.15 The CrossBox (Opgeven) | Functional Training Ruimte |

| Vrijdag | Zaal |
|-------------------------------|-------------|
| 09.00 Pilates | Body & Mind |
| 10.00 TRX | Danszaal |
| 19.00 MMA & Chinees Kickboxen | Dojo |
| 19.30 Spinning | Spinning |
| 19.45 Total Fitness Circuit | Danszaal |

| Zaterdag | Zaal |
|--------------------|----------|
| 09.00 Spinning | Spinning |
| 10.00 Club Power | Danszaal |
| 10.00 ATB Training | Buiten |

| Openingstijden The Sportsclub | |
|-------------------------------|-------------------|
| Maandag t/m Donderdag | 08.00 - 21.30 uur |
| Vrijdag | 08.00 - 21.00 uur |
| Zaterdag | 09.00 - 13.30 uur |
| Zondag | 10.00 - 13.30 uur |

De lessen duren 45 minuten, tenzij anders aangegeven.

Gratis Kinderopvang (opgave is noodzakelijk)

Opvang voor kinderen van leden (leeftijd 0 t/m 4 jaar)

| | |
|-----------|-----------------|
| Maandag | 08.45-11.30 uur |
| Woensdag | 08.45-11.30 uur |
| Donderdag | 08.45-11.30 uur |
| Vrijdag | 08.45-11.30 uur |

| | |
|-------------------------|--|
| The Sportsclub | T: 0512 522777 |
| Raai 10 | I: www.thesportsclub.nl |
| 9202 HW Drachten | M: info@thesportsclub.nl |