



Groepslessen – aquasporten 2019

Activiteit	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
Aquabootcamp	19.00 – 19.45 uur (I)			9.30 – 10.15 uur (I)	19.05 – 19.50 uur (I)
Aquachallenge		19.00 – 19.45 uur (W)			
Aquafietsen		18.45 – 19.30 uur (I) 20.00 – 20.45 uur (I)	9.15 – 10.00 uur (I) 19.45 – 20.30 uur (I) 20.40 – 21.25 uur (I)	19.00 – 19.45 uur (I) 19.55 – 20.40 uur (I)	
Aquagym		11.10 – 11.55 uur (T) 13.00 – 13.45 uur (I)	8.00 – 8.45 uur (T) 13.05 – 13.50 uur (T)	7.30 – 8.15 uur (T) 8.25 – 9.10 uur (I) 13.05 – 13.50 uur (T) 14.00 – 14.45 uur (T)	
Aquajoggen	13.05 – 13.50 uur (T/medisch) 14.00 – 14.45 uur (I) 19.00 – 19.45 uur (W) 20.50 – 21.35 uur (I)		11.00 – 11.45 uur (W)	19.55 – 20.40 uur (T) 20.50 – 21.35 uur (T)	7.50 – 8.35 uur (T) 9.45 – 10.30 uur (W) 11.10 – 11.55 uur (T)
Aquamoves		20.45 – 21.30 uur (T)		19.00 – 19.45 uur (T)	
Aquapower	19.55 – 20.40 uur (I)			21.00 – 21.45 uur (I)	8.45 – 9.30 uur (I)
Aquasteps/aquarobics				19.00 – 19.45 uur (W)	
Baby-peuterzwe­men (leeftijd = indicatie)	8.45 – 9.30 uur (T/o jaar) 9.30 – 10.15 uur (T/1 jaar) 10.15 – 11.00 uur (T/2 jaar) 11.15 – 12.00 uur (I/3 jaar)	8.45 – 9.30 uur (T/o jaar) 9.30 – 10.15 uur (T/1 jaar) 10.15 – 11.00 uur (T/2 jaar) 11.15 – 12.00 uur (I/3 jaar)	10.15 – 11.00 uur (I/2 jaar) 11.00 – 11.45 uur (I/3 jaar)	8.45 – 9.30 uur (T/o jaar) 9.30 – 10.15 uur (T/1 jaar) 10.15 – 11.00 uur (T/2 jaar) 11.15 – 12.00 uur (I/3 jaar)	8.45 – 9.30 uur (T/o jaar) 9.30 – 10.15 uur (T/1 jaar) 10.15 – 11.00 uur (T/2 jaar) 10.30 – 11.15 uur (I/3 jaar)
Hart in beweging					19.05 – 19.50 uur (T)
Hydrotherapie	11.10 – 11.55 uur (T/uitstroom) 14.00 – 14.45 uur (T/reuma) 18.45 – 19.30 uur (T/reuma)	13.05 – 13.50 uur (T/hernia) 14.00 – 14.45 uur (T/instroom)		11.10 – 11.55 uur (T/extra)	
Zwangerschaps­zwe­men		19.00 – 19.45 uur (T) 19.45 – 20.30 uur (T)	19.15 – 20.00 uur (T)		
Zwemles volwassenen				18.00 – 18.45 uur (T/I)	



Afmelden

Graag doorgeven aan de receptie via telefoonnummer (0572) 760 600, of per e-mail info@sportbedrijfraalte.nl.
In overleg met de receptiemedewerker is inhalen op een ander moment mogelijk, ook bij een andere groepsles.
Abonnementhouders mogen ook banenzwemmen in plaats van de groepsles.

Op onderstaande feestdagen in 2019 zijn er geen groepslessen:

- Nieuwjaarsdag: 1 januari
- Pasen: 21 en 22 april
- Koningsdag: 27 april
- Hemelvaart: 30 mei
- Pinksteren: 9 en 10 juni
- Stöppelhaene: 29 augustus
- Kerst: 25 en 26 december

Lestijden in de schoolvakanties en op feestdagen:

- In de voorjaars-, mei- en herfstvakantie gaan de lessen door op hetzelfde tijdstip
- In de zomervakantie (13 juli t/m 25 augustus) hanteren wij een aangepast rooster
Actuele informatie is vanaf eind juni te vinden op de website
- In de week tussen Kerst en Nieuwjaarsdag zijn er geen groepslessen
- In de 2e week van de kerstvakantie gaan de lessen door op hetzelfde tijdstip