

Rooster vanaf 07-09-2026

Maandag / Monday

18.00 - 19.00 uur	Kickboksen voor kinderen / Kickboxing for kids (Max)
19.00 - 20.00 uur	Kickboksen / Kickboxing ((Max)
20.00 - 21.00 uur	Bokszaktraining / Punching Bag (Max)

Dinsdag / Tuesday

17.30 - 18.30 uur	Bokszaktraining / Punching bag
18.30 - 19.30 uur	Wing Chun kids
19.30 - 21.30 uur	Wing Chun

Woensdag / Wednesday

15.00 - 16.00 uur	Kickboksen voor kinderen / Kickboxing for kids
16.00 - 17.00 uur	Kickboksen voor meisjes / Kickboxing for girls
17.00 - 18.00 uur	Cardioboxing
18.00 - 19.00 uur	Bokszaktraining / Punching bag
19.00 - 20.00 uur	Kickboksen voor vrouwen / Kickboxing for women (Christy)
20.00 - 21.00 uur	Kickboksen / Kickboxing (Christy)

Donderdag / Thursday

18.00 - 19.00 uur	Kickboksen jongeren (vanaf 10 jaar) ((Max)
19.00 - 20.00 uur	BBB/Full Body workout (Christy)
20.00 - 21.00 uur	Bokszaktraining / Punching bag

Vrijdag / Friday

18.00 - 19.00 uur	Boksen / Boxing ((Max)
19.00 - 20.00 uur	Kickboksen / Kickboxing (Max)

Zaterdag / Saturday

09.00 - 10.00 uur	Kickboksen voor kinderen / Kickboxing for kids
10.00 - 11.00 uur	Kickboksen voor meisjes / Kickboxing for girls
11.00 - 12.00 uur	Kickboksen voor vrouwen / Kickboxing for women
12.00 - 13.00 uur	Bokszaktraining / Punching bags
13.00 - 14.00 uur	Kickboksen / Kickboxing

Zondag / Sunday

GESLOTEN / CLOSED