

Tijdstippen TopFit 'beweegprogramma'

tijdstip	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
08.15 - 09.15		HL 2		HL 2	
09.30 - 10.30					
10.45 - 11.45					
12.00 - 13.00	ZW 1			ZW 1	
13.15 - 14.15	NW 3				NW 3
14.30 - 15.30	MB 4				MB 4
15.45 - 16.45					
17.00 - 18.00	HL 5	MB 7		MB 7	HL 5
18.00 - 19.00					
19.00 - 20.00		NW 8		NW 8	
MB	Mountain Bike				
FI	Fitness				
HL	Hardlopen				
ZW	Zwemmen				
NW	Nordic Walking				
Sch	Schaatsen				
start september					
start augustus					