

Weekrooster Stichting Buro Sport

	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag	zondag
09.00 uur	Vrije training	Vrije training	Groep Iedereen in Beweging 9.00 - 10.00 uur	ODIS Pilates 9.00 - 10.00 uur	Vrije training	Vrije training	Vrije training
09.30 uur				10.00 - 11.00 uur			
10.00 uur	Individueel Gezinnen	Individueel Gezinnen			Individueel Gezinnen	Individueel Gezinnen	laatste zondag van de maand
10.30 uur			Vrije training	Vrije training			Yoga 10-11.30 uur
11.00 uur							
11.30 uur			Individueel Gezinnen	Individueel Gezinnen			
12.00 uur							
12.30 uur							
13.00 uur							
13.30 uur							
14.00 uur							
14.30 uur							
15.00 uur							
15.30 uur							
16.00 uur					Jeugd 12+ 16.00 - 17.00		
16.30 uur					Jeugd 15+ 17.00 - 18.00		
17.00 uur							
17.30 uur							
18.00 uur			SportService 't Gooi				
18.30 uur							
19.00 uur	Groep BS 1 19.00 tot 20.00	Groep BS 3 19.30 - 20.30 uur	Krachttr. Jeugd 14+ 19.00 - 20.30 uur	5 Dorpen schaatsen	Vrije Training		
19.30 uur		Groep BS 4 19.30 - 21.00 uur	Groep BS 2 19.45 - 20.30 uur	CrossGym			
20.00 uur	Groep BS 1 20.00 tot 21.00	ODIS Keep moving 19.00 - 20.00 uur			Individueel Gezinnen		
20.30 uur		20.00 - 21.00 uur					
21.00 uur							
21.30 uur							
22.00 uur							
22.30 uur							

Groep BS1	Basis Conditieopbouw
Groep BS2	Hardlooptgroep Beginners
Groep BS3	Hardlooptgroep Gevorderden
Groep BS4	Hardlooptgroep Vergevorderden
Iedereen in Beweging	Stabiliteitsoefeningen
Conditie Fitness 14+>	Kracht en Stabiliteitsoefeningen
Conditie Fitness Jeugd	Kracht en Stabiliteitsoefeningen
CrossGym	Fitness / Kracht / Gymnastiek

ODIS Keep Moving (Aerobic)
ODIS Pilates

Schaats- & Hardrijdersvereniging De 5 Dorpen

SportService 't Gooi

Buro Sport



door sporters voor sporters