Rooster groepslessen (geldig vanaf 1 april 2026)

Maandag	Les	Locatie
09.45 - 10.45	Yoga Meditatie	Parnassos
10.45 - 11.45	Pilates	Parnassos
12.00 - 12.45	Bootcamp medewerkers	Bootcampplein
16.00 - 16.55	Pilates	Dans 2
16:00 - 17:00	Krachttraining medewerkers	Fitness
17.00 - 17.55	Yoga	Dans 2
17.00 - 17.55	Zumba	Dans 1
17.30 - 18.25	Functional training	MB-zaal
17.30 - 18.25	Spinning	Spinning
18.00 - 18.55	Barre Workout	Dans 2
18.00 - 19.10	Powerpump	Dans 1
18.30 - 19.25	KickBag	MB-zaal
19.15 - 20.10	BRN®	Dans 1
19.45 - 21.30	Boksen / kickboksen	MB-zaal
20.15 - 21.10	Polesports beg./halfgev.	Spinning
Dinsdag	**Les**	**Locatie**
08.30 - 09.25	Yoga	Dans 2
09.00 - 10.10	Powerpump	Dans 1
09.30 - 10.25	Pilates	Dans 2
09.45 - 10.45	Pilates	Parnassos
10.45 - 11.45	Yin Yoga	Parnassos
14.00 - 15.00	Pilates	Parnassos
16.50 - 18.00	Powerpump	Dans 1
17.00 - 18.00	Pickleball (vrij spelen)	Hal 3 deel B
17.00 - 19.00	SUP & Go (+ €5)	Stayokay Bunnik
17.30 - 18.25	KickBag	MB-zaal
17.30 - 18.30	Bootcamp medewerkers	Calisthenicsrek
18.00 - 18.55	Barre Workout	Dans 2
18.00 - 19.10	Step&shape gevorderd	Dans 1
18.30 - 19.25	Spinning	Spinning
19.00 - 19.55	BRN®	Dans 2
19.15 - 20.10	Zumba	Dans 1
20.15 - 20.55	Booty core	Dans 1
Woensdag	**Les**	**Locatie**
09.15 - 10.10	Core balance	Dans 2
09.45 - 10.45	Vinyasa Yoga	Parnassos
10.00- 11.10	Powerpump	Dans 1
10.15 - 11.10	Yoga	Dans 2
11.15 - 12.10	Yoga voor senioren	Dans 2
14.00 - 15.00	Pilates	Parnassos
15.00 - 16.00	Yoga	Parnassos
16.15 - 17.10	Pilates	Dans 2
16.25 - 17.20	Spinning	Spinning
16.30 - 17.25	Zumba	Dans 1
17.15 - 18.10	Bodyfit 40+ medewerkers	Dans 2

Woensdag	Les	Locatie
17.30 - 18.25	Functional training	MB-zaal
17.30 - 18.25	Supershape	Dans 1
18.30 - 19.25	Kickbag	MB-zaal
18.30 - 19.40	Powerpump	Dans 1
18.45 - 20.00	Polesports alle niveaus	Spinning
20.30 - 21.25	Zumba	MB-zaal
Donderdag	**Les**	**Locatie**
08.30 - 09.25	Yogalates	Dans 2
09.30 - 10.40	Powerpump	Dans 1
09.45 - 10.45	Yin Yoga	Parnassos
10.45 - 11:45	Pilates	Parnassos
12.30 - 13.15	Bootcamp medewerkers	Bootcampplein
16.30 - 17.25	Step&shape basis	Dans 1
17.00 - 19.00	SUP & Go (+ €5)	Stayokay Bunnik
17.00 - 17.55	Yoga	Dans 2
17.15 - 18.10	Functional training	MB-zaal
17.45 - 18.40	Zumba	Dans 1
18.00 - 18.55	Ashtanga yoga basic	Dans 2
18.00 - 19.00	Hyrox	Kratistos
18.15 - 19.10	Spinning	Spinning
18.45 - 19.25	Booty core	Dans 1
Vrijdag	**Les**	**Locatie**
08.30 - 09.25	Yoga	Dans 2
09.30 - 10.25	Pilates	Dans 2
09.45 - 10.45	Yoga	Parnassos
10.00 - 10.55	Supershape	Dans 1
10.45 - 11:45	Yin Yoga	Parnassos
16.45 - 17.40	Yoga	Dans 2
17.00 - 18.00	Pickleball (vrij spelen)	Hal 3 deel B
17.30 - 18.25	Spinning	Spinning
17.50 - 19.00	Powerpump	Dans 1
18.00 - 18.55	KickBag	MB-zaal
Zaterdag	**Les**	**Locatie**
09.30 - 10.25	Spinning	Spinning
10.00 - 10.55	Poweryoga	Dans 2
10.00 - 11.10	Powerpump	Dans 1
11.00 - 11.55	Yoga	Dans 2
Zondag	**Les**	**Locatie**
09.00 - 09.55	Yoga	Dans 2
09.30 - 10.35	Powerpump	Dans 1
10.15 - 11.10	Functional training	MB-zaal
10.35 - 11.30	Dance	Dans 1
11.35 - 12.30	Step&shape medium	Dans 1
17.00 - 19.00	SUP & Go (+ €5)	Stayokay Bunnik

Reserveren les
Je kunt online een plek reserveren vanaf twee dagen vóór de dag waarop de les plaatsvindt. Reserveren is mogelijk tot 5 minuten voordat de betreffende groepsles begint.

OlymPas
Deelnemen aan groepslessen kan onbeperkt en flexibel (mits een les niet vol is uiteraard) met een OlymPas .

Gebruiksregels
Als je deelneemt aan het sportaanbod van Olympos, dien je je aan de gebruiksregels te houden.
Klik hier voor de gebruiksregels.

Actuele roosterwijzigingen
Om altijd op de hoogte te zijn van nieuwe groepslessen, laatste wijzigingen in het rooster, houd onze website in de gaten, of volg ons op de socials. Ook kun je je inschrijven voor de nieuwsbrief

via www.olympos.nl/nieuwsbrief

Sportcentrum Olympos
info@olympos.nl
www.olympos.nl