

GYMNASTIEKVERENIGING D.O.O. RUINEN

Juni 2015



D.O.O. Ruinen, p/a Westerstraat 59, 7963 BB, Ruinen
www.dooruinen.nl, info@dooruinen.nl

Nieuwe lesrooster

Hieronder het nieuwe lesrooster voor schooljaar 2015–2016.

Onderstaand lesrooster gaat in na de schoolvakantie (vanaf 17 augustus 2015).



<u>Dag</u>	<u>Begin</u>	<u>Eind</u>	<u>Les</u>	<u>Doelgroep</u>
Maandag	8.45 uur	9.30 uur	Fit & Vitaal	65+ dames en heren
Maandag	15.30 uur	16.15 uur	leniemienie gym	t/m 3 jaar
Maandag	16.15 uur	17.00 uur	Jumping one	groep 3 t/m 5
Maandag	17.00 uur	17.45 uur	Boyz	groep 3 t/m 8
Maandag	17.45 uur	18.30 uur	Jumping second	groep 6 t/m 8
Maandag	18.45 uur	19.30 uur	Dames Beter Bewegen	volwassenen
Maandag	19.30 uur	20.15 uur	Aerobic/ steps	volwassenen
<u>Dag</u>	<u>Begin</u>	<u>Eind</u>	<u>Les</u>	<u>Doelgroep</u>
Dinsdag	15.30 uur	16.15 uur	Mieniegym	groep 1 - 2
Dinsdag	16.15 uur	17.00 uur	Girls gym first	groep 3 t/m 5
Dinsdag	17.00 uur	17.45 uur	Girls gym second	groep 6 t/m 8
Dinsdag	17.45 uur	18.30 uur	Jumping XL	middelbare school e.o.
Dinsdag	18.30 uur	19.15 uur	Teenage gym	middelbare school e.o.
Dinsdag	19.15 uur	20.00 uur	Bodypump/BBB	volwassenen
Dinsdag	20.00 uur	20.45 uur	Old School	volwassenen
<u>Dag</u>	<u>Begin</u>	<u>Eind</u>	<u>Les</u>	<u>Doelgroep</u>
Donderdag	19.15 uur	20.00 uur	Conditiegroep	volwassenen

BLOKLESSEN(tijdelijk)

<u>Dag</u>	<u>Begin</u>	<u>Eind</u>	<u>Les</u>	<u>Doelgroep</u>
Dinsdag	13.30 uur	14.30 uur	Nordic Walking (vanaf 1 september- november)	iedereen die van wandelen houdt of wil gaan wandelen
Donderdag	16.15 uur	17.00 uur	Let's Dance (20 augustus tot kerstvakantie)	groep 3 t/m 5
Donderdag	17.00 uur	17.45 uur	Let's Dance (20 augustus tot kerstvakantie)	groep 6 en ouder
Vrijdag	8.45 uur	9.30 uur	Fit & Vitaal (oktober t/ m april)	65+ dames en heren
Nog vaststellen			Winterfit	allen