

M A A N D A G

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind	Relaxbad
9u00 - 10u00 WOD Margot		9u30 - 10u30 BODYPUMP Heidi		9u00 - 10u00 VINYASA Rafaël	9u00 - 9u45 AQUAZUMBA Carinne
	10u00 - 11u00 BBB GOLD Nancy	10u45 - 11u45 PILATES Heidi		10u00 - 11u00 HATHA Rafaël	10u00 - 10u45 AQUAZUMBA Carinne
				11u00 - 12u00 STRETCHING Rafaël	Fitness 18u00 - 19u00 REVALIDATIE* Paul
				13u30 - 14u30 YIN Ellen	
				19u00 - 20u00 YIN Jurgen	
19u30 - 20u30 WOD Nicki	19u30 - 20u30 BOOTY Sophie	19u30 - 20u30 BODY ATTACK Annick	19u15 - 20u00 SPRINT XL Koen	20u00 - 21u00 HATHA Jurgen	
20u30 - 21u00 MOBILITY - NICKI	20u30 - 21u30 ZUMBA Sophie	20u30 - 21u30 BODYPUMP Annick	20u15 - 21u00 THE TRIP Koen	21u00 - 22u00 PILATES An VD	
21u00 - 22u00 WOD Nicki					

D I N S D A G

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind	Relaxbad
9u00 - 14u00 OPEN BOX Geen coach		9u00 - 10u00 BBB Annick		9u00 - 10u00 YIN Joëlle	9u00 - 9u45 AQUAGYM Irene
			10u00 - 10u45 FREESTYLE Annick	10u00 - 11u00 HATHA Joëlle	10u00 - 10u45 AQUAGYM Irene
		11u00 - 11u45 TBW Annick		11u00 - 12u00 STRETCHING Joëlle	
18u30 - 19u30 WOD Olaf		18u30 - 19u30 BBB Sylvie		13u30 - 14u30 NIDRA David	
19u30 - 20u30 WOD OLYMPICS/ GYMNASTICS Olaf		19u30 - 20u30 AERODANCE An VD	19u30 - 20u15 THE TRIP Sandra	19u00 - 20u00 YIN Rafaël	
	20u30 - 21u30 STEP An VD	20u30 - 21u30 BODYPUMP Marc	20u30 - 21u15 FREESTYLE Sandra	20u00 - 21u00 VINYASA Rafaël	
				21u00 - 22u00 STRETCHING Rafaël	

W O E N S D A G

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind	Relaxbad
9u00 - 13u30 OPEN BOX Geen coach		9u30 - 10u30 STEP Chrisje		9u30 - 10u30 YIN Jurgen	9u00 - 9u45 AQUAGYM Heidi
		10u30 - 11u30 BBB Nancy		10u30 - 11u30 HATHA Jurgen	10u00 - 10u45 AQUAGYM Heidi
19u00 - 20u00 WOD Margot		19u00 - 20u00 ZUMBA Sophie	19u30 - 20u15 THE TRIP Peter	19u00 - 20u00 YIN Joëlle	
20u00 - 21u00 WOD Margot	20u00 - 21u00 BBB Sylvie	20u00 - 20u30 CORE - Mychal	20u30 - 21u15 BEATS RIDE Mychal	20u00 - 21u00 HATHA Joëlle	
				21u00 - 22u00 STRETCHING Ellen	

D O N D E R D A G

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind	Relaxbad
10u00 - 11u00 WOD Margot		10u00 - 11u00 BBB Annick		9u00 - 10u00 BODYBALANCE Annick	10u00 - 10u45 AQUAZUMBA Carinne
		11u00 - 12u00 ZUMBA GOLD Carinne	11u00 - 11u45 THE TRIP Annick	10u00 - 11u00 YIN Rafaël	
		18u00 - 19u00 BBB Annick		11u00 - 12u00 HATHA Rafaël	
19u00 - 20u00 WOD Nicki		19u00 - 20u00 BODYCOMBAT Annick		18u30 - 19u30 YOGALATES David	
20u00 - 21u00 WOD Nicki		20u00 - 21u00 BODYPUMP Marc	19u30 - 20u15 FREESTYLE Sandra	19u30 - 20u30 YIN David	
21u00 - 22u00 OPEN BOX Geen coach			20u30 - 21u15 THE TRIP Koen	20u30 - 21u30 BODYBALANCE Olaf	

VRIJDAG

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	Body&Mind	Relaxbad	Fitness
9u00 - 13u30 OPEN BOX Geen coach	10u00 - 11u00 BBB GOLD An VD	9u30 - 10u30 BODYPUMP Heidi	9u30 - 10u30 YIN Natasha	9u00 - 9u45 AQUACONTROL An DW	9u00 - 10u00 REVALIDATIE* Nicki
13u30 - 14u30 WOD Jan		10u45 - 11u45 PILATES Heidi	10u30 - 11u30 STRETCHING Natasha	10u00 - 10u45 AQUABURN An DW	
19u30 - 20u30 HYROX Nico	19u00 - 20u00 BOXING Irene		13u30 - 14u30 HATHA Ellen	CyclingBox	18u30 - 19u15 THE TRIP Peter
20u30 - 21u30 HYROX Nico					

ZONDAG

Hangar	Zaal 2	Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind
9u00 - 10u00 WOD Nico		9u15 - 9u45 CORE - Mychal	9u00 - 9u45 THE TRIP Peter	9u00 - 10u00 BODYBALANCE Olaf
10u00 - 11u00 OLYMPICS/ GYMNASTICS Nico		9u45 - 10u45 BODYPUMP Marc	10u00 - 10u45 BEATS RIDE Mychal	10u00 - 11u00 HATHA Rafaël
11u00 - 12u00 WOD Nico		11u00 - 12u00 BODYCOMBAT Annick	11u00 - 11u45 FREESTYLE Marc	11u00 - 12u00 VINYASA Rafaël
		12u00 - 13u00 BBB Annick		12u00 - 13u00 STRETCHING Rafaël
				13u00 - 14u00 YIN Rafaël



Uurrooster geldig
van 13 januari tot en met 8 juni 2025.

Versie 6/1/2025

Follow us:

[f /wellnessclubfitopia](#)

[@fitopia_edegem](#)

ZATERDAG

Zaal 3	CyclingBox	Body&Mind	Relaxbad	Fitness
9u15 - 10u00 TBW An VD	9u15 - 10u00 SPRINT XL Koen	8u45 - 10u00 ASHTANGA Natasha	9u00 - 9u45 AQUAGYM Heidi	
10u00 - 11u00 STEP An VD	10u15 - 11u00 THE TRIP Koen	10u00 - 11u00 YIN Natasha	10u00 - 10u45 AQUAGYM Heidi	10u00 - 10u30 SGT - Nicki
11u00 - 12u00 BOOTY An VD		11u00 - 12u00 YOGALATES David		

ONZE GROEPSLESSEN LEGENDE



Conditie



Kracht



Conditie en kracht



Fun en/of dans



CrossFit



Body&Mind



Snel volzet

*Je kan starten met SGT revalidatie nadat er een intakegesprek heeft plaatsgevonden.

MYWELLNESS APP

Download de Mywellness app om je lessen te reserveren en online workouts te bekijken.

Scan de QR codes of download ze rechtstreeks van de App Store of Google Play!

