

Zwembadrooster Fitland Mill

Maandag		Dinsdag		Woensdag		Donderdag		Vrijdag	
Vrij zwemmen	07:00 - 08:30	Vrij zwemmen	07:30 - 08:00	Vrij zwemmen	07:30 - 08:00	Vrij zwemmen	07:00 - 09:00	Vrij zwemmen	07:30 - 08:30
Spetterpret*	08:30 - 10:45	Aquafit	08:00 - 08:45	Aquafit	08:00 - 08:45	Spetterpret*	09:00 - 11:00	Spetterpret*	08:40 - 11:00
Aquafit	10:45 - 11:30	Spetterpret*	09:10 - 11:25	Aquafit	09:00 - 09:45	Vrij zwemmen	11:15 - 12:00	Aquafit	11:15 - 12:00
Reuma zwemmen*	12:00 - 13:00	Vrij zwemmen	11:30 - 11:55	Spetterpret*	09:50 - 11:30	Aquafit	12:00 - 12:45	Reuma zwemmen*	12:00 - 13:00
Aquagym	13:00 - 13:55	Aquafit	12:00 - 12:45	Vrij zwemmen	11:30 - 13:15	Reuma zwemmen*	12:45 - 13:45	Reuma zwemmen*	13:00 - 14:00
Vrij zwemmen	14:00 - 14:45	Reuma zwemmen*	13:00 - 14:00	Aquagym	13:30 - 14:25	Reuma zwemmen*	13:45 - 14:45	COPD zwemmen*	14:00 - 15:00
3 Essen*	15:00 - 18:00	Vrij zwemmen	14:00 - 17:30	Fibro zwemmen*	14:30 - 15:15	Vrij zwemmen	15:00 - 18:00	3 Essen*	15:30 - 18:00
Aquafit	18:30 - 19:15	Reuma zwemmen*	18:00 - 19:00	Onderhoud	15:15 - 15:45	Aquafit	18:30 - 19:15	Vrij zwemmen	18:30 - 22:00
Aquafit	19:15 - 20:00	Vrij zwemmen	19:30 - 20:45	3 essen*	15:45 - 18:00	Aquafit	19:15 - 20:00		
Vrij zwemmen	20:05 - 22:00	Aquafit	21:00 - 22:00	Vrij zwemmen	18:00 - 18:30	Vrij zwemmen	20:00 - 22:00		

Zaterdag		Zondag	
Spetterpret*	08:30 - 09:25	Spetterpret*	08:45 - 11:00
3 Essen*	09:30 - 13:15	Vrij zwemmen	11:30 - 16:30
Vrij zwemmen	13:15 - 16:30		

- Douchen is verplicht voordat u het bad betreedt.
- Houdt ook in het water afstand, en geef elkaar de ruimte om te zwemmen

*Deze lessen zijn niet toegankelijk voor Fitland leden

