

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

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

- 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



FITLAND 
live longer, happier & healthier



