

Openingstijden & Lesrooster Sportcentrum de Trits:

Fitness (365 dagen per jaar geopend)	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Openingstijden	07:00-22:30	07:00-22:30	07:00-22:30	07:00-22:30	07:00-22:30	08:00-16:00	08:00-16:00

* Op alle feestdagen geopend van 09:00-16:00

Multifunctionele zaal	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Buikspierkwartier	08:30-08:45	08:30-08:45	08:30-08:45	08:30-08:45	08:30-08:45	08:30-08:45	08:30-08:45
	21:30-21:45	21:30-21:45	21:30-21:45	21:30-21:45	21:30-21:45		

Kidscorner	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Kinderopvang	08:45-11:15		08:45-11:15		08:45-11:15		

* Tijdens vakanties en op feestdagen gesloten

Multifunctionele zaal: Jeugdlessen	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Jeugd fit & fun boksen 8 t/m 12 jaar		16:00-16:55					

Multifunctionele zaal: Groepslessen	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Allround Dance						11:15-12:10	
Bodyshape	18:30-19:25				10:00-10:55		
FiftyFit		11:00-11:30		11:00-11:30			
Full Body Workout						10:30-11:00	10:30-11:00
Gold dance				18:30-19:25			
Hatha Flow Yoga				20:30-21:25			
Indoor bootcamp				09:00-09:55			
Kickbag	20:30-21:25		10:00-10:55				
Mindfulness Yoga	09:00-09:55		09:00-09:55				
Pilates		18:30-19:25			09:00-09:55		
Power Pilates	10:00-10:55		20:30-21:25			09.30-10.25	
Pump & Boost				19:30-20:25			
TRX- Workout		10:00-10:55					
Vinyasa flow Yoga							09.30-10.25
Zak- en Conditietraining		19:30-20:25			19:30-20:25		
Zumba	19:30-20:25	20:30-21:25	19:30-20:25				

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Spinning	09:00-09:55 20:00-20:55		09:00-09:55 19:30-20:25	20:00-20:55	09:00-09:55		10:00-10:55

* Deze les wordt september t/m april gegeven.

Outdoor	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Bootcamp		09:00-09:55 19:30-20:25		19:30-20:25			

Zwembad	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Banen Zwemmen	07:00-08:30 11:30-15:00	07:00-15:00 19:30-21:00	07:00-08:30 11:15-13:30	07:00-15:00 19:30-21:30	07:00-08:30 11:15-12:30	11:00-13:30	11:30-12:30
Recreatief Zwemmen						14:00-15:00	13:00-16:00*

*T/m 17 jaar, geen volwassenen.

Groepslessen Zwembad	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Aqua Aerobics	19:30-20:15		19:15-20:00				
Aqua Bootcamp			19:15-20:00				
Aqua FiftyFit	10:15-11:00		10:15-11:00		10:15-11:00		
Aqua Joggen	20:30-21:15		20:15-21:00				
Aqua Zumba			18:15-19:00	19:00-19:45			
Baby-PeuterLes (16w - 1,5 jaar)	08:45-09:15		08:45-09:15		08:45-09:15		
Baby-PeuterLes (1,5 - 3 jaar)	09:15-09:45		09:15-09:45		09:15-09:45		
Baby-PeuterLes (3 - 4 jaar)	09:45-10:15		09:45-10:15		09:45-10:15		
ZwangerschapsZwemmen			20:15-21:00				

Zie www.detrts.nl voor de voorwaarden, groepslesinformatie en actuele wijzigingen.

Versie: 16 oktober 2020