



Lifestyle, Bewegen en Therapie

Contributie per maand

Standaardabonnement v.a. €32 (2 x p/w), Onbepakt €39.50

Inschrijfgeld €20. Kom je met meerdere gezinsleden of wil je personaltraining met 1 op 1 begeleiding maak een afspraak?

Vraag dan naar de mogelijkheden op maat!

Beaufortplein 17, 7475AG Markelo

06-23034618 www.bodyfitness.nl



Maak kennis met ons "Bodyfit Young Team"

Marsha Rouwenhorst, Fran Bruneel en Jennifer Berghuis beheren vanaf nu ons Instagram account: [bodyfitmarkelo](https://www.instagram.com/bodyfitmarkelo)

Gezond worden en gezond blijven door extra fitness training voor en door onze jeugd!!

Speciale acties voor jeugd tussen 14 en 17 jaar



Nieuw de Jongeren knipkaart

Voor jongeren van 14 t/m 17 jaar is er nu de jongeren knipkaart.

Train voor slechts:

€ 25 per maand.

Op de knip kaart zitten 8 strippen



harmseel-metaal.nl

GVB MEDIA

Prins
boek- en kantoorvakhandel



HOTEL HERIKERBERG

"MOOI" by Meta

De kapsalon voor hem en haar



AUTOBEDRIJF
E.ROUWENHORST
www.autorouwenhorst.nl

Vleesveebedrijf Erve Voorde
Hoer van deventer sligman
www.ervevoorde.nl



Gerard Beverdam
reparatie & service
Taets van Amerongenstraat 4a Markelo
tel. 0547 85 1818
www.gerardbeverdam.nl

RegioBank
Zelfstandig Adviseur

GRONDVERZET SLIGMAN
MINISHOVEL

HTH TOTAAL TECHNIEK
Service & Installatietechniek

januari 2019

Maandag

8.30-11.00	Fitnesszaal open
8.45-9.00	Buikspiercircuit
9.00-9.30	Fitness Circuit
9.30-10.00	Buikspiercircuit
10.15-10.45	TRX Training
11.00-17.00	Personaltraining
17.00-21.00	Fitnesszaal open
19.00-19.30	Spinning
19.30-20.00	Fitness Circuit
20.00-21.00	Zumba

Dinsdag

9.00-11.00	Fitnesszaal open
9.15-10.00	Pilates / Relax stretching
11.00-17.00	Personaltraining
17.00-21.00	Fitnesszaal open
19.00-20.00	Total Body Workout
20.00-21.00	Spinning

Woensdag

9.00-11.00	Fitnesszaal open
9.00-9.30	Fitness Circuit
9.30-10.00	Buikspiercircuit
11.00-17.00	Personaltraining
17.00-21.00	Fitnesszaal open
19.30-20.00	Fitness Circuit
20.00-21.00	Zumba

Donderdag

9.00-11.00	Fitnesszaal open
9.15-10.00	Pilates / Relax stretching
11.00-17.00	Personaltraining
17.00-21.00	Fitnesszaal open
19.00-19.30	Spinning
19.30-20.00	Fitness Circuit
20.00-21.00	Spinning

Vrijdag

8.30-11.00	Fitnesszaal open
8.45-9.00	Buikspiercircuit
9.00-9.30	Fitness Circuit
9.30-10.00	Buikspiercircuit
11.00-17.00	Personaltraining
17.00-20.30	Fitnesszaal open
19.00-20.00	Spinning

Zaterdag

9.30-12.00	Fitnesszaal open
------------	------------------

Zondag

10.00-12.00	Fitnesszaal open
10.00-11.00	Spinning