

# Zomerrooster

22 juli t/m 2 september 2018

maandag	8.30-12.00	en	16.30-22.00
dinsdag			16.30-22.00
woensdag	8.30-12.00	en	16.30-22.00
donderdag	8.30-11.00	en	16.30-22.00
vrijdag	8.30-12.00	en	16.30-21.30



Walperterwei 41H  
8731 CD Wommels  
tel. 0515 425612

[www.sportcentrumakkermans.nl](http://www.sportcentrumakkermans.nl)

- > De lessen gaan door bij een minimum aantal van 4 sporters!
- > Bij 3 is er een halve les,
- > bij 2 of minder krijgt u 'n alternatief aangeboden

maandag	09.00-9.45	Spinning	(geen les 23/7, 6/8 en 13/8)
	19.30-20.30	Power	(geen les 23/7)
	19.30-20.30	Spinning	(geen les 23/7, 30/7, 6/8 en 13/8)
	20.30-21.30	TBF	

dinsdag	19.00-19.45	jeugd spinning 8 jr en ouder	(geen les 14/8)
	19.30-20.30	TBF	
	20.00-20.30	HiiT	
	20.30-21.00	Boksen	(geen les 7/8)
	19.45-20.30	spinning	(geen les op 14/8)
	20.30-21.15	Power	(geen les op 14/8)

<b>WOENSDAG 8 aug. GESLOTEN in Wommels i.v.m. DE FREULE</b>			
woensdag	09.00-10.00	TBF	(geen les op 25/7. 1/8 en 8/8)
	17.00-18.00	JEUGD JUDO in Wommels	(geen les 8/8)
	18.15-19.15	streetdance	(geen les op 8/8)
	18.30-20.00	judo wedstrijdtraining alle leeftijden	(geen les 8/8)
	19.30-20.30	Spinning	(vervalt in zomerrooster)
	19.30-20.30	Pilates	(geen les op 8/8)
	20.30-21.30	Piloxing	(geen les op 8/8)

donderdag	18.15-19.15	Kick en Punch	
	19.30-20.15	HiiT	
	19.30-20.30	Zumba	
	20.30-21.00	Boksen	

vrijdag	09.30-10.30	Pilates	
	16.00-17.00	JEUGD JUDO in SNEEK	(geen les 17/8)
	19.00-20.30	judowedstrijdtr. Wommels alle leeftijd	(geen les 17/8 en 31/8)

**TEAM AKKERMANS WENST U EEN FIJNE ZOMER!**

# Jeugdlessen

Iedere doordeweekse dag is er een jeugdactiviteit.  
Vervelen hoeft dus niet in de vakantie, blijf sportief!

jeugdspinning (8jr en ouder)	19.00-19.45 uur op dinsdag in Wommels
streetdance	18.15-19.15 uur op woensdag in Wommels
Jeugd Judo	17.00-18.00 uur op woensdag in Wommels
Kick en Punch	18.15-19.15 uur op donderdag in Wommels
Jeugd Judo	16.00-17.00 uur op vrijdag in Sneek

Je vriend(in) mag meedoen en betaalt dan € 4,00.  
Voor iedereen is er na afloop drinken!

# Team Akkermans

Wenst u een fijne zomer!



**Nog geen lid? Start nu met een zomerpakket!**  
**7 redenen om een zomerpakket te nemen**

1. Gebruik het zomerpakket om fit aan je nieuwe sport-seizoen te starten.
2. Gebruik het zomerpakket om vet te verbranden
3. Gebruik het zomerpakket om je niet te vervelen in de zomer (iedere dag een jeugd activiteit vanaf 8 jaar en fitness en groepslessen!)
4. Gebruik het zomerpakket ter ondersteuning van je zomersporten
5. Gebruik het zomerpakket om je spieren te vergroten
6. Gebruik het zomerpakket om Sportcentrum Akkermans te leren kennen
7. Gebruik het zomerpakket om NU te starten aan jouw gezonde toekomst

Kijk op: [www.sportcentrumakkermans.nl](http://www.sportcentrumakkermans.nl) en start NU!

**TEAM AKKERMANS WENST U EEN FIJNE ZOMER!**

