

# Zomerrooster

15 juli t/m 25 augustus 2019

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 op 12/8)
	19.30-20.30	Power	(geen les 12/8)
	(voor Power website in de gaten houden voor 5/8 en 19/8)		

dinsdag	19.00-19.45	jeugd spinning 8 jr en ouder	(geen les 13/8)
	19.30-20.30	TBF	(geen les op 6/8 en 13/8)
	20.00-20.30	HiiT	
	20.30-21.00	Boksen	(geen les 13/8)
	19.45-20.30	spinning	(geen les op 13/8)

## WOENSDAG 7 aug. GESLOTEN in Wommels i.v.m. DE FREULE

woensdag	09.00-10.00	TBF	(geen les op 31/7 en 7/8)
	17.00-18.00	JEUGD JUDO in Wommels	(geen les 31/7 en 7/8)
	18.30-20.00	judo wedstrijdr. alle leeftijden	(geen les 31/7 en 7/8)
	20.00-21.00	judo volwassenen	(geen les 31/7 en 7/8)
	19.30-20.30	Pilates	(geen les op 31/7 en 7/8)
	20.30-21.30	Piloxing	(geen les op 31/7 en 7/8)

donderdag	11.00-11.45	gym ( t/m 7 jaar)	(geen les 18/7 en 15/8)
	LET OP DE GYMLES OP 8 AUG. IS VAN 9.30-10.15 UUR		
	18.30-19.30	Kick en Punch	(geen les 8/8 en 15/8)
	19.45-20.15	HiiT	
	19.30-20.30	Zumba	(geen les op 8/8)
	20.30-21.00	Boksen	(geen les 8/8 en 15/8)

vrijdag	09.30-10.30	Pilates	
	15.00-16.00	JEUGD JUDO in SNEEK	(geen les 2/8)
	16.30-18.00	judowedstrijdr.+core Wommels t/m 2005	(geen les 2/8)
	19.00-20.30	judowedstrijdr.Wommels leeftijd 2004 plus	(geen les 2/8)

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

# Jeugdlessen

Iedere week zijn er jeugdactiviteiten! Ben je lid? Kom mee doen!  
Vervelen hoeft dus niet in de vakantie, blijf sportief!

jeugdspinning (8jr en ouder)	19.00-19.45 uur op dinsdag in Wommels
Jeugd Judo in Wommels	17.00-18.00 uur op woensdag in Wommels
Gym (t/m 7 jaar)	11.00-11.45 uur op donderdag in Wommels
<b>(LET OP DE GYMLES OP 8 aug is al om 9.30-10.15 uur!)</b>	
Kick en Punch	18.30-19.30 uur op donderdag in Wommels
Jeugd Judo in Sneek	15.00-16.00 uur op vrijdag in Sneek

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!**

