



LESROOSTER ZEIST

Rooster vanaf 13 oktober 2025

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIJDAG	ZATERDAG	ZONDAG
07.45 uur Pilates Reformer Total Body	08.00 uur Pilates Reformer Basic	08.00 uur Pilates Reformer Core		07.45 uur Pilates Reformer Total Body		
09.00 uur Workout	08.50 uur Workout	09.00 uur Pilates Reformer Power	08.45 uur Pilates Reformer HITT	08.45 uur Workout	08.30 uur Workout	
10.00 uur Pilates Fascia	09.40 uur Pilates Mat	10.00 uur Pilates Power	09.35 uur Pilates Reformer Total Body	09.40 uur Pilates Power	09.45 uur Pilates Reformer Core	09.30 uur Pilates Reformer Total Body
	10.40 uur Pilates Reformer Total Body		10.25 uur Pilates Mat	10.30 uur Pilates Reformer Total Body	10.30 uur Pilates Reformer Total Body	10.30 uur Yogalates
TRAININGEN OP AFSpraak						
18.00 uur Pilates Reformer Total Body	18.15 uur Pilates Mat					
19.00 uur Pilates Reformer Power	19.15 uur Pilates Reformer Total Body	19.00 uur Pilates / Yoga	19.00 uur Pilates mat			
19.00 uur - Outdoor Boksfit		19.00 uur – Outdoor Workout				
20.00 uur Pilates mat	20.05 uur Pilates Power	20.00 uur Pilates Reformer Total Body	20.00 uur Pilates Reformer Total Body			

LET OP! Alle lessen duren maximaal 50 minuten. Vooraf aanmelden via app is verplicht! De outdoor lessen zijn bij de gym.

MV-Pilates Zeist | Bloemenheuvellaan 22, Zeist | M 06 - 52 15 45 81 | contact@mv-pilates.nl