

# Zomerrooster

22 juli 2023 t/m 3 september 2023

maandag	8.30-12.00	en	15.30-22.00
dinsdag			13.00 - 22.00
woensdag	8.30-12.00	en	15.30-22.00
donderdag	8.30-12.00	en	15.30-22.00
vrijdag	8.30-12.00	en	15.30-21.30



Walperterwei 41H

8731 CD Wommels

tel. 0515 425612

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

- > De lessen gaan door bij een minimum aantal van 3 sporters!
- > Bij 2 is er een halve les,
- > bij 1 krijg je een alternatief aangeboden

maandag	9.00-9.45	Spinning	
	8.30-9.00	bewegen op muziek vervalt tijdens zomerrooster	
	9.00-10.00	Yoga	(geen les 7/8, 14/8 en 21/8)
	16.30-17.15	jeugd dans (kids swing en funky kids)	(geen les 31/7, 7/8)
	18.15-19.00	freerunning (v.a. groep 4)	(geen les 31/7 en 7/8)
	19.15-20.15	Yoga	(geen les 7/8, 14/8 en 21/8)
	19.30-20.30	Power	(geen les 7/8 en 21/8)
	20.30-21.30	Yoga	(geen les 7/8 en 21/8)

dinsdag	18.00-18.45	kick en punch (8 jaar +)	(geen les 25/7 en 29/8)
	18.45-19.30	spinn en cross (8 jaar +)	(geen les 25/7 en 29/8)
	16.30-17.15	Kids Swing en Funky Kids	(zie maandag en donderdag)
	19.15-20.15	survival (volwassenen)	(geen les in overleg met groep)
	19.30-20.30	TBF	(geen les 1/8 en 8/8)
	19.30-20.30	Yoga	(geen les 8/8, 15/8 en 22/8)
	19.45-20.30	Spinning	deze les vervalt in het zomerrooster
	20.30-21.30	Duo Dance Mix	(geen les 8/8, 15/8 en 22/8)

woensdag	11.00-12.00	Yoga	(geen les 2/8 en 9/8)
	17.00-18.00	JEUGD JUDO in Wommels	
	18.00-19.30	judo wedstrijdtraining geboren in 2011 en eerder	(Geen judo training op 2/8)
	19.45-20.45	Pilates	(geen les 2/8 en 9/8)

donderdag	11.00-11.45	gym(peuters en kleuters)	(geen les 3/8 en 10/8)
	18.30-19.20	zumba kids en funky kids	(geen les 10/8, 17/8 en 24/8)
	19.30-20.30	Zumba	(geen les 10/8, 17/8 en 24/8)
	19.30-20.30	Yoga	(geen les 10/8 en 24/8)
	20.35-21.05	Boksen	

vrijdag	09.00-10.00	Pilates	(geen les 11/8 en 25/8)
	16.00-17.00	survival jeugd	(geen les 4/8 en 11/8)
	17.30-19.00	judowedstrijdtraining Wommels	(geen les op 4/8)

**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!

Freerun, groep 4 en ouder (geen les op 31/7, 7/8)	18.15-19.00 uur op maandag in Wommels
kick en punch (8jr+) (geen les 25/7 en 29/8)	18.00 -18.45 uur op dinsdag in Wommels
spinn en cross (8jr+) (geen les 25/7 en 29/8)	18.45 -19.30 uur op dinsdag in Wommels
jeugddans (geen les 31/7 en 7/8)	16.30-17.15 uur op MAANdag in Wommels
Jeugd Judo in Wommels	17.00-18.00 uur op woensdag in Wommels
wedstrijdjudo (geb.2011 en eerder) (geen les op 2/8)	18.00-19.30 uur op woensdag in Wommels
gym peuters en kleuter (geen les 3/8 en 10/8)	11.00-11.45 uur op donderdag in Wommels
Zumba kids / Funky kids (geen les 10/8, 17/8 en 24/8)	18.30-19.20 uur op donderdag in Wommels
Survival 8 jr en ouder (geen les op 4/8 en 11/8)	16.00-17.00 uur op vrijdag in Wommels
wedstrijdjudo (2011 en eerder) (geen les op 4/8)	17.30-19.00 uur op vrijdag in Wommels

Tijdens de hele vakantie kun je ook met andere jeugdactiviteiten mee komen doen.  
Kijk wat bij jouw leeftijd past...je hoeft je niet te vervelen.  
Dus probeer eens wat anders, dansen, survival, judo, freerun, boksen etc.

## Team Akkermans

Wenst u een fijne zomer!

zwemmen

boek lezen

wandelen

chillen

voetballen



hutten bouwen

dansen

badminton

genieten

veel sporten

Nog geen lid? Start NU met uw gezonde toekomst!  
7 redenen om Nu te starten

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

reserveer jouw gratis proefles via onze website!

TEAM AKKERMANS WENST U EEN FIJNE ZOMER!

