

### BANEN ZWEMMEN

#### Maandag

Wedstrijdbad: 07.00 - 14.00

Sportbad: 07.00 - 09.45  
11.30 - 14.00

Wedstrijdbad: 20.00 - 21.00

#### Dinsdag

Wedstrijdbad: 07.00 - 14.00

Sportbad: 07.00 - 09.45  
11.30 - 14.00

Doelgroepenbad: 19.00 - 21.00

#### Woensdag

Wedstrijdbad: 07.00 - 12.00

Sportbad: 07.00 - 12.00

Wedstrijdbad: 19.00 - 20.30

#### Donderdag

Wedstrijdbad: 07.00 - 12.00

Sportbad: 07.00 - 09.45  
11.30 - 12.00

Doelgroepenbad: 19.00 - 21.00

#### Vrijdag

Wedstrijdbad: 07.00 - 14.00

Sportbad: 07.00 - 09.00  
12.00 - 14.00

#### Zaterdag

Wedstrijdbad: 08.00 - 10.00



### RECREATIEF ZWEMMEN

#### Vrijdag

Alle baden: 19.00 - 21.00  
(Funky Friday voor  
alle leeftijden)

#### Zaterdag

Alle baden: 13.00 - 16.00

#### Zondag

Alle baden: 10.00 - 16.00

Let op: vanwege de veiligheid zijn de glijbaan, de Ninja Cross en de duikplank niet altijd tegelijkertijd geopend.



## GROEPSLESSEN

## AquaJogging

## Sportbad

|                |               |
|----------------|---------------|
| <b>maandag</b> | 09.45 - 10.30 |
| <b>maandag</b> | 19.00 - 19.45 |
| <b>dinsdag</b> | 09.45 - 10.30 |
| <b>vrijdag</b> | 13.45 - 14.30 |

**AquaFit**

## Sportbad

|                   |               |
|-------------------|---------------|
| <b>maandag</b>    | 10.45 - 11.30 |
|                   | 13.45 - 14.30 |
| (Rustige AquaFit) | 20.00 - 20.45 |
| <b>dinsdag</b>    | 10.45 - 11.30 |
|                   | 13.45 - 14.30 |
| <b>donderdag</b>  | 09.45 - 10.30 |

## Doelgroepenbad

**donderdag** 10.45 - 11.30  
(Rustige AquaFit)

## AquaMove

## Sportbad

|                  |               |
|------------------|---------------|
| <b>dinsdag</b>   | 19.15 - 19.45 |
| <b>dinsdag</b>   | 20.00 - 20.30 |
| <b>donderdag</b> | 19.15 - 19.45 |
| <b>donderdag</b> | 20.00 - 20.30 |

AquaMove bestaat op dinsdag uit AquaJogging en AquaVaria en op donderdag uit AquaJogging en AquaHit.

## Prikkelarm zwemmen

## Doelgroepenbad

**maandag** 12.15 - 13.15

## Sportbad

**donderdag** 11.00 - 12.00



## ZWEMLESSEN

ABC

|             |               |
|-------------|---------------|
| ma t/m vrij | 14.30 - 18.00 |
| zaterdag    | 08.00 - 12.15 |

## Zwemles oefenmoment

|        |               |
|--------|---------------|
| zondag | 08.00 - 10.00 |
|--------|---------------|

NB. Bij diplomazwemmen gaat het zwemles oefenmoment niet door.

## Zwemles Speciaal

**maandag** 14.45 - 18.00

## Survival zwemmen

maandag 17.15 - 18.00

## Zwemles Volwassenen

|          |               |
|----------|---------------|
| woensdag | 19.00 - 19.45 |
| woensdag | 20.00 - 20.45 |

## Ouder & Kindzwemmen

**woensdag en vrijdag**

|                   |               |
|-------------------|---------------|
| <b>0 - 1 jaar</b> | 09.15 - 09.45 |
| <b>1 - 2 jaar</b> | 10.00 - 10.30 |
| <b>2 - 3 jaar</b> | 10.45 - 11.15 |
| <b>3 - 4 jaar</b> | 11.30 - 12.00 |