

## LESTIJDEN DOELGROEPEN

Recreatiebad "De Blenk"  
Debbeshoek 11  
7071 XK ULFT  
Telefoon (0315) 685 292  
[www.oude-ijsselstreek.nl](http://www.oude-ijsselstreek.nl)

Periode: 15 augustus 2011 tot en met 8 juli 2012

<b>Fifty fit</b>	maandag	09.30u- 10.15u
<b>Seniorenfit</b>	maandag	10.30u- 11.15u
	maandag	11.15u- 12.00u
<b>Aquarobic</b>	dinsdag	20.00u- 20.45u
	donderdag	19.30u- 20.15u
<b>Aquafitness</b>	woensdag	18.45u-19.30u
<b>Aquajoggen</b>	donderdag	20.00u- 20.45u
<b>Baby en peuter zwemmen</b> (elke haluur is er een les)	vrijdag	09.30u- 10.00u
	vrijdag	10.00u- 10.30u
	vrijdag	10.30u- 11.00u
	vrijdag	11.00u- 11.30u

*De les duurt 45 minuten. U krijgt een halfuur instructies en u kunt een kwartier vrij zwemmen.*