

| Overzicht Sportmomenten Sportkaart   |  |   |  |   |  |  |  |
|--|--|---|--|---|--|--|--|
|  | Maandag  | Dinsdag   | Woensdag   | Donderdag   | Vrijdag  | Zaterdag   | Zondag   |
| Premium Health Club<br>Locatie: Van der Knaaphal<br>(groepslessen op reservering)                      | Fitness<br>17:00-22:00<br><br>Bootcamp<br>@ Kasteel Hoekelum<br>19:15-20:15  | Fitness<br>17:00-22:00<br><br>Zumba<br>19:30-20:30<br><br>Boxing Workout<br>20:30-21:30   | Fitness<br>17:00-22:00   | Fitness<br>17:00-22:00<br><br>Boxing Workout<br>20:00-21:00   | Fitness<br>17:00-21:00   | Fitness<br>9:00-13:00  | Fitness<br>9:00-13:00  |
| Premium Health Club<br>Groepslessen en Fitness<br>Locatie: Hoorn<br>(groepslessen op reservering)      | Fitness<br>8:00-22:00<br><br>Yoga<br>10:30-9:30  | Fitness<br>8:00-22:00<br><br>Pilates<br>19:00-20:00   | Fitness<br>8:00-22:00<br><br>Full Body Workout<br>9:00-10:00   | Fitness<br>8:00-22:00<br><br>Zumba Dance<br>19:30-20:30   | Fitness<br>8:00-21:00<br><br>Pilates<br>9:00-10:00   | Fitness<br>9:00-13:00<br><br>Outdoorbootcamp<br>(Landgoed Kernhem)<br>9:00-10:00   | Fitness<br>9:00-13:00  |
| Fysiopraktijk<br>Veluwe Poort<br>Hersteltraining en<br>Blessurepreventie                               | Leren trainen, Blessure preventie op afspraak: info@leefstijede.nl<br>(maximaal 4 deelnemers per uur)  |   |  |   |  |  |  |
| Winnr Healthclub<br>Fitness en Groepslessen<br>*inschrijven via de website<br>van Winnr                | Fitness<br>Tussen 8:30-22:00<br>reserveren per 1,5 uur   | Fitness<br>Tussen 8:30-22:00<br>reserveren per 1,5 uur  | Fitness<br>Tussen 8:30-22:00<br>reserveren per 1,5 uur   | Fitness<br>Tussen 8:30-22:00<br>reserveren per 1,5 uur  | Fitness<br>Tussen 8:30-22:00<br>reserveren per 1,5 uur   | Fitness<br>Tussen 8:30-15:00<br>reserveren per 1,5 uur   | Fitness<br>Tussen 8:30-15:00<br>reserveren per 1,5 uur               |
| Allround Training Ede<br>Groepslessen<br>(inschrijven via Pay 'n Plan)                                 | Circuittraining<br>9:00-10:00<br><br>Circuittraining<br>18:30-19:30<br><br>Conditie Boksak<br>19:30-20:30<br><br>Strength<br>20:30-21:30   | Pilates<br>18:30-19:30<br><br>Strength<br>19:30-20:30<br><br>Circuittraining<br>20:30-21:30<br><br>Conditie Boksak<br>18:30-19:30   | Circuittraining<br>7:00-8:00<br><br>Yoga<br>18:30-19:30<br><br>Circuittraining<br>18:30-19:30<br><br>Conditie Boksak<br>19:30-20:30  | Circuittraining<br>18:30-19:30<br><br>Strength<br>20:30-21:30<br><br>Strength<br>20:30-21:30<br><br>Allround Contact<br>20:30-21:30               | Circuittraining<br>9:00-10:00<br><br>Conditie Boksak<br>7:00-8:00<br><br>HIIT Boxing<br>19:00-20:00<br><br>Evolve<br>19:30-20:30 | Conditie Boksak<br>8:00-9:00<br><br>Bootcamp Makandra<br>8:30-9:30<br><br>Strength<br>9:00-10:00<br><br>Pilates<br>10:30-11:30 |  |
| Zwembad de Peppel<br>Zwemmen   | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00  | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00   | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00  | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00   | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00  |  | Banen Zwemmen<br>7:00-13:00  |
| Squash Ede<br>Squash   | Squashbaan huren<br>10:00-17:00  | Squashbaan huren<br>10:00-17:00   | Squashbaan huren<br>10:00-17:00  | Squashbaan huren<br>10:00-17:00   | Squashbaan huren<br>10:00-17:00  | Squashbaan huren<br>10:00-17:00  | Squashbaan huren<br>9:00-17:00                                       |
| WV Ede<br>Wielrennen en<br>Mountainbiken   | Geen regulier aanbod, neem contact op via info@sportkaart-ede.nl voor de mogelijkheden.  |   |  |   |  |  |  |
| Budo Academy Physical<br>Karate en Jujutsu   | tijdelijk geen aanbod  |   |  |   |  |  |  |
| Atletiekvereniging Climax<br>Harlopen en Bootcamp<br>(aanmelden via e-mail<br>info@climax-atletiek.nl) |  | Hardlooptraining<br>5-8km 19:30-21:00<br><br>Baantraining<br>19:30-21:00  |  | Bootcamp 16+<br>19:30-20:30<br><br>Baantraining<br>19:30-21:00  |  | Hardlooptraining<br>5-8km 9:00-10:30   |  |
| Sport Team Ede<br>Groepslessen<br>*inschrijven via Pay 'n Plan   | Fitness<br>10:00-11:15,<br>17:00-21:00<br><br>Boks Fit<br>19:00-20:00<br><br>Boksen<br>20:00-21:00   | Fitness<br>11:00-12:00<br><br>Boks Fit/Kickboksen<br>20:00-21:00  | Boks Gym<br>9:30-10:15<br><br>Fitness<br>17:00-21:00<br><br>Boks Fit<br>19:00-19:45<br><br>Boksen<br>20:00-21:00                     | Boks Gym<br>9:15-10:00<br><br>Fitness<br>10:15-11:15,<br>20:00-21:00  | Boks Gym<br>9:15-10:00<br><br>Fitness<br>10:00-11:15   | Outdoor Bootcamp<br>10:00-10:45<br>*Langekampweg 22<br><br>Fitness<br>10:00-11:00<br><br>Kickboxen<br>10:00-11:00              | Boksen<br>11:00-12:00<br><br>Fitness<br>11:00-12:00                  |
| Teskwik<br>Tennis  | geen sportaanbod   |   |  |   |  |  |  |
| Kálos Gym Ede<br>Streetfitness<br>(indoor/outdoor)   | Open Gym<br>08:00-11:00,<br>15:00-17:00<br><br>Kalós Outdoor<br>18:30 - 19:30<br>(zandlaan)<br><br>Kalós Outdoor<br>19:30 - 20:30<br>(zandlaan)<br><br>Kalós Calisthenics<br>08:00 - 09:00 | Open Gym<br>08:00-11:00,<br>15:00-17:00<br><br>Kalós Beginner Outdoor<br>(zandlaan)<br>19:00 - 20:00  | Open Gym<br>08:00-11:00,<br>15:00-17:00<br><br>Kalós Outdoor<br>19:00 - 20:00<br>(zandlaan)<br><br>Kalós Calisthenics<br>08:00-09:00 | Open Gym<br>15:00-17:00<br><br>Kalós Calisthenics<br>Outdoor (zandlaan)<br>19:15 - 20:15  | Open Gym<br>08:00-11:00,<br>15:00-17:00<br><br>Kalós Power<br>20:15 - 21:00  | Open Gym<br>9:00-15:00<br><br>Kalós Skills<br>10:00 - 11:00<br><br>Kalós Beginner<br>11:00 - 12:00                             | Vrij Trainen<br>11:00-14:00<br><br>Kalós Calisthenics<br>13:00-14:00 |
| Sportschool Venendaal<br>Groepslessen  | tijdelijk geen aanbod  |   |  |   |  |  |  |
| Experience Fitness<br>Boutique<br>Circuit Training<br>Aanmelden via<br>06 - 50 45 13 55                | Open Gym<br>10:00-12:00,<br>15:00-19:25<br><br>Circuit Kracht Training<br>10:15-11:00,<br>19:25-20:10,<br>20:15-21:00  | Functional Training<br>8:00-8:45<br><br>Open Gym<br>20:00-21:00<br><br>Krachttraining<br>7:00-8:00<br><br>Circuit Kracht Training<br>19:25-20:10<br><br>Padstraining<br>20:30-21:20<br><br>Crosstraining<br>18:30-19:10 | Open Gym<br>10:00-12:00,<br>15:00-20:15<br><br>Crosstraining<br>18:30-19:10<br><br>Body Pump<br>19:15-20:15                          | Open Gym<br>20:00-21:00<br><br>Functional Training<br>8:15-9:00<br><br>Crosstraining<br>18:30-19:10<br><br>Circuit Kracht Training<br>19:25-20:10 | Open Gym<br>10:00-12:00,<br>15:00-19:00<br><br>Circuit Kracht Training<br>10:15-11:00,<br>19:00-19:45                            | Open Gym<br>9:00-12:30<br><br>HIIT<br>8:45-9:15<br><br>Crosstraining (kracht)<br>9:20-10:00                                    | Open Gym<br>10:00-12:00<br><br>Olympic Weightlifting<br>11:00-12:00  |
| Women Only Fitness<br>Boutique<br>Aanmelden via<br>06 - 10 84 25 80                                    | Open Gym<br>10:00-12:00,<br>19:30-21:00<br><br>Shape Strength<br>9:15-10:00  | Strength & Conditioning<br>19:30-20:15  | Open Gym<br>9:00-11:00,<br>20:30-21:30<br><br>Body Pump<br>20:30-21:15   | Strength & Conditioning<br>19:30-20:15  | Strength & Conditioning<br>9:15-10:00<br><br>Open Gym<br>10:00-12:00<br>18:30-20:30  | Open Gym<br>9:00-11:00   | Body Pump<br>9:00-10:00<br><br>Open Gym<br>9:00-11:00                |
| Primal Strength Training<br>Groepslessen<br>(inschrijven via:<br>info@primalstrengthtrainin<br>g.nl)   | Strength Intensity<br>19:00-20:00  |   | Lady<br>Booty Training<br>19:00-20:00  | HIIT Squad<br>19:00-19:45   |  | Outdoor Bootcamp<br>9:00-10:00   |  |
| BSV Moorfielders<br>Honk- en Softbal   | tijdelijk geen aanbod  |   |  |   |  |  |  |

Kijk voor het meest actuele sportaanbod op [www.sportkaart-ede.nl/sportaanbod](http://www.sportkaart-ede.nl/sportaanbod)

