

TIJD	AREA 1 GROEPSFITNESS	AREA 2 GROEPSFITNESS	AREA 3 AQUA	AREA 4 LECTURES	AREA 5 GROEPSFITNESS	AREA 6 BODY & MIND	AREA 7 MARTIAL ARTS
09:30 - 9:45	GRAND OPENING						
10:00 - 11:00	LATIN WAKE UP <u>Carlos Ramirez</u>	GLAMDANCE <u>Christos Gabriel</u>		SPORTVOEDING: HOE BEREID JE JE VOOR OP EEN TE LEVEREN SPORT-PRESTATIE? <u>Dennis Engelen</u>	CLUBJOY POWER <u>Mindy Thoolen & Tara Greven</u>	CLUBJOY YOGA <u>Marjan Sunfire & Nanda Groen</u>	BOKSZAKTRAINING <u>Tom Gerkema</u>
11:25 - 12:25	DANCE AEROBIC <u>Katia Vasilenko</u>	CLUBJOY BOOTY & CORE <u>Mindy Thoolen, Tara Greven & Andres van den Ham</u>	CLUBJOY AQUA <u>Nanda Groen & Sofie Dijkman</u>		STEP <u>Christos Gabriel</u>	PILATES FLOW <u>Tatjana Platnikova</u>	
12:50 - 13:50	90'S R&B HIPHOP (MET LIVE DJ) <u>Larz & Gilton Franklin</u>	CLUBJOY FIT & SHAPE <u>Denise Jennissen & Nanda Groen</u>			STEP <u>Carlos Ramirez</u>		CLUBJOY BATTLE <u>Sanne Kampstra & Elisabeth de Kinder</u>
14:15 - 15:15	HIIT WORKOUT <u>Ronny van de Ven</u> PWRD BY MATRIX FITNESS	DANCE FUNK <u>Katia Vasilenko</u>		ZWEMMEN EN TRI-ATLON = DE NIEUWE MARATHON! <u>Joeval Benjamins</u> PWRD BY START2MOVE	STEP <u>Larz</u>	CLUBJOY PILATES <u>Marjan Sunfire</u>	WORKSHOP MMA <u>Martijn de Jong</u> PWRD BY TATSUJIN
15:40 - 16:40	GET SHREDDED <u>Larz</u>	MICHAEL JACKSON TRIBUTE <u>Gilton Franklin</u>		HET EFFECT VAN CAFEÏNE OP SPORT-PRESTATIES <u>Linda Hoogervorst</u> PWRD BY START2MOVE	STEP <u>Janneke Bakker</u>	PILATES <u>Katia Vasilenko</u>	

TIJD ▼	AREA 8 TALENTROOM	AREA 9 LEZINGEN	AREA 10 LEZINGEN	AREA 10 A LEZINGEN	AREA 11 LEZINGEN	AREA 11A LEZINGEN	AREA 12 PADEL
09:30 - 9:45	GRAND OPENING						
10:00 - 11:00	CLUBJOY CORE <u>Andres van den Ham</u>			EXPECT THE UNEXPECTED, CREËER STABILITEIT DOOR INSTABILITEIT <u>Roel Bors</u> PWRD BY START2MOVE			WORKSHOP PADEL
11:25 - 12:25	STEP <u>Lisa Devos</u>	DRIVE: TRAIN JE STOÏCJINSE MINDSET <u>Mark Tuitert</u>			FEITEN EN FABELS OVER SPORTVOEDING <u>Linda Hoogervorst</u> PWRD BY START2MOVE		WORKSHOP PADEL
12:50 - 13:50	DANCE AEROBIC <u>Anneleen Thys</u>	DE KRACHT VAN JETZE! <u>Jetze Plat</u> PWRD BY MATRIX FITNESS			DE WEAK LINK BIJ PERFORMANCE TRAINING <u>Joeval Bejamins</u> PWRD BY START2MOVE		WORKSHOP PADEL
14:15 - 15:15	CLUBJOY HIIT BARBELL <u>Mike Tras & Edwin Keet</u>				NON-VERBALE COMMUNICATIE "DAT WAT JE NIET ZEGT, MAAR WEL UITDRAAGT." <u>Martin Westrik</u> PWRD BY START2MOVE		WORKSHOP PADEL
15:40 - 16:40	BOOTY&ABS <u>Tiana Martens</u>	HOE BLIJF JE GEMOTIVEERD ONDANKS TEGENSLAG? <u>Maarten van der Weijden</u> PWRD BY BASIC-FIT					WORKSHOP PADEL

TIJD	AREA 13 PUMPTRACK	AREA 14 GROEPSFITNESS	AREA 15 INDOOR CYCLING	AREA 16 FUNCTIONAL	AREA 17 MEETING POINT	AREA 18 ARCHERY	AREA 19 KLIMWAND
09:30 - 9:45	GRAND OPENING						
10:00 - 11:00		CLUBJOY NRG <u>Denise Jennissen & Nadine Landman</u>	BEAT BIKE <u>Dylan Watzeels</u>	BOOTCAMP <u>Evert van der Zee</u>			
11:25 - 12:25		JUMP! <u>Kevin Püttleihalat</u>	CLUBJOY CYCLE <u>Amy Hulsenboom-Hansen & Monique Soesman</u>	KETTLEBELL SPORT VS KETTLEBELL HARDSTYLE <u>Ferry van de Wal</u> PWRD BY START2MOVE			
12:50 - 13:50		FULL BODY EXPLOSION <u>Malou</u>	INDOOR CYCLING <u>Evert van der Zee</u>	FIT IS THE SHIT! AND YOU ALL KNOW IT'S TRUE (BOOTCAMP) <u>Koen Bakker</u> PWRD BY START2MOVE	BLESSUREVRIJ HARDLOPEN DOOR DE JUISTE LOOPTECHNIEK <u>Robert Lathouwers</u>		
14:15 - 15:15		CLUBJOY DANCE <u>Laurie Koning & Sofie Dijkman</u>		HIIT VOOR VOETBAL (PRAKTIJK) <u>Jelmer Siemans</u> PWRD BY START2MOVE			
15:40 - 16:40		CLUBJOY POWER <u>Mindy Thoolen & Tara Greven</u>	CLUBJOY CYCLE <u>Eduard Bekkers & Niels van der Knoop</u>				