

| 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 SPORTPRESTATIE? <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> | MEESTERLIJK PRODUCTIEF AAN I.P.V. ALLEEN IN JE BEDRIJF WERKEN <u>Frank Trousselot</u> PWRD BY LIJFSTIJL COACHES | STEP <u>Christos Gabriel</u> | PILATES FLOW <u>Tatjana Platnikova</u> | KICKBOKS TRAINING (VOOR) DOOR FITNESS PROFESSIONALS <u>Rob van den Wijngaart</u> PWRD BY START2MOVE |
| 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> | | BLESSUREPREVENTIE IN DE BREEDTE <u>Remy van Denderen</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 TRIATLON = 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 SPORTPRESTATIES <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> | | OPTIMALISEREN VAN KRACHTTRAINING VOOR SPIERGROEI <u>Elian Goettsch</u> PWRD BY START2MOVE | COMMUNITY BUILDING VOOR OPTIMALE KLANTENBINDING <u>Rob Trousselot</u> PWRD BY LIJFSTIJL COACHES | | COACHEND LEIDERSCHAP VOOR DE FITNESS ONDERNEMER / MANAGER <u>Tijn Lorist</u> PWRD BY START2MOVE | WORKSHOP PADEL |
| 11:25 - 12:25 | STEP <u>Lisa Devos</u> | DRIVE: TRAIN JE STOÏCIJNSE MINDSET <u>Mark Tuitert</u> | X-FITTT GLI, LEEFSTIJL-COACHING ALS SUCCESVOL BUSINESSMODEL <u>Laura van Campen-Smit</u> PWRD BY X-FITTT | EXPECT THE UNEXPECTED, CREEËR STABILITEIT DOOR INSTABILITEIT <u>Roel Bars</u> PWRD BY START2MOVE | FEITEN EN FABELS OVER SPORTVOEDING <u>Linda Hoogervorst</u> PWRD BY START2MOVE | TACTISCHE PERIODISERING VOETBAL. WAT IS HET EN HOE PAS JE HET TOE? <u>Peter Eppinga</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 | ONTWIKKEL DUURZAME INKOMSTENBRONNEN MET BEHULP VAN AUTOMATISERING <u>Jardy Kloet</u> PWRD BY VIRTUAGYM | DE KRACHT VAN JOU ALS PERSONAL TRAINER <u>Marco Nijland</u> PWRD BY START2MOVE | DE WEAK LINK BIJ PERFORMANCE TRAINING <u>Joeval Bejamins</u> PWRD BY START2MOVE | HIIT VOOR VOETBAL <u>Jelmer Siemons</u> PWRD BY START2MOVE | WORKSHOP PADEL |
| 14:15 - 15:15 | CLUBJOY HIIT BARBELL <u>Mike Tras & Edwin Keet</u> | | HOE MAAK JE VAN JOUW LEADS EN LEDEN WINNAARS <u>Enrico Moen</u> PWRD BY CLUBPLANNER | HEALTH CHECK MET MULTISCAN <u>Joey Hoppe</u> PWRD BY MEDICAVISIE | NON-VERBALE COMMUNICATIE "DAT WAT JE NIET ZEGT, MAAR WEL UITDRAAGT" <u>Martin Westrik</u> PWRD BY START2MOVE | MOTIVATIE & GEDRAGS-VERANDERING <u>Elian Goettsch</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 | DE INVLOED VAN DE JUISTE ONBOARDING OP EEN LEVENSLANGE KLANTRELATIE? <u>Rob Trousselot</u> PWRD BY LIJFSTIJLCOACHES | "EMS-TRAINING: VOORDELEN, UITDAGINGEN EN TOEPASSINGEN" <u>Richard van Beek</u> PWRD BY FITPARTNER | | IMPLICIET LEREN, ZIN OF ONZIN? <u>Ferenc Weisz</u> PWRD BY START2MOVE | 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> | VRIJE INLOOP | VRIJE INLOOP |
| 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> | | | | |