

Turnen
Dansen
Pre Freerun
Bewegen voor Volwassenen
Peuter- en kleutergym

## Overzicht lesuren 2022-2023

<b>TURNEN</b>	<b>Dag/Tijd</b>	<b>Groep</b>	<b>Leiding</b>	<b>Plaats</b>
<i>Dinsdag</i>	16.30-18.30 uur	Selectie bovenbouw (2010 en ouder)	Ellen/Arien	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Dinsdag</i>	18.30-20.30 uur	Selectie bovenbouw (2010 en ouder)	Ellen/Arien	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Woensdag</i>	15.00-17.00 uur	Onderbouw (Geb. jaar 2014-2015)	Ellen/Arien/Nicole	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Woensdag</i>	17.15-19.15 uur	Middenbouw (Geb. jaar 2011-2013)	Ellen/Arien/Joyce	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	15.30-16.30 uur	Turnspeeltuín (5-8 jaar)	Ellen	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	16.30-18.00 uur	Onderbouw (Geb. jaar 2016-2017, instroom 2014-2015)	Ellen	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Vrijdag</i>	15.00-17.00 uur	Middenbouw (Geb. jaar 2011-2013)	Ellen/Arien	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Vrijdag</i>	16.45-18.45 uur	Selectie bovenbouw (2010 en ouder)	Ellen/Arien/Danielle	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Vrijdag</i>	18.30-20.30 uur	Selectie bovenbouw (2010 en ouder)	Ellen/Arien/Danielle	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	9.00-10.30 uur	Onderbouw (Geb. jaar 2016-2017, instroom 2014-2015)	Selina/Chayenne	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	10.30-12.30 uur	Onderbouw (Geb. jaar 2014-2015)	Selina/Chayenne	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	12.30-14.00 uur	Turnbasics (8-14 jaar)	Selina	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Zondag</i>	9.15-10.45 uur	Selectie 3e training	Ellen/Arien	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Zondag</i>	10.45-12.45 uur	Selectie 3e training	Ellen/Arien	Turnzaal Kerkeböske Helden

## **DANSEN**

<i>Maandag</i>	18.00-19.00 uur	Jazzdans 6 t/m 9 jaar	Petri	Piushallen Panningen
<i>Maandag</i>	17.30-19.30 uur	Jazzdans 9 t/m 16 jaar	Vera/Femke S	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Dinsdag</i>	18.00-19.00 uur	Streetdance (11+ jaar)	Ernie	Wieksjlaag Beringe
<i>Dinsdag</i>	19.00-21.00 uur	Jazzdans B 20+	Loes M	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Woensdag</i>	17.00-18.00 uur	Streetdance kids (6-9 jaar)	Ernie	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Woensdag</i>	19.00-21.00 uur	Jazzdans 16 t/m 19 jaar	Petri	Piushallen Panningen
<i>Woensdag</i>	19.15-20.15 uur	Swing & Sweat	Sharon/?	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	19.00-20.00 uur	Recreatieve groep Jazzdans 20+ jaar	Steffie	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	11.15-12.00 uur	Kidsdance (Jazzdans)	Femke C/Ruth	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	12.15-14.15 uur	Jazzdans 9 t/m 13 jaar	Loes V/Lieke	Gymzaal Kerkeböske Helden

## **PRE FREERUN**

<i>Zaterdag</i>	11.00-12.00 uur	Pre freerun (5-7 jaar)	Ernie	Wieksjlaag Beringe
<i>Vrijdag</i>	16.30-20.30 uur	Freerun Minded Motion (vanaf 8 jaar)	Mike@mindedmotion.nl	Piushallen Panningen

## **BEWEGEN VOOR VOLWASSENEN**

<i>Maandag</i>	19.30-20.30 uur	Dames Fitgym	Ernie	Gymzaal de Riet Panningen
<i>Maandag</i>	19.30-20.30 uur	Dames Fitgym	Femke S	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Maandag</i>	21.00-22.30 uur	Volleybal Heren	Wim	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Woensdag</i>	20.15-21.15 uur	Senioren Gym Dames	Mirjam	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	20.00-21.00 uur	Aerobic	Steffie	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	20.15-21.00 uur	Warming-up Dames Fitgym	Henriëtte	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	21.00-21.30uur	Dames Fitgym	Henriëtte	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	21.00-21.30 uur	Warming-up Heren Fitgym / Volleybal	Peter	Turnzaal Kerkeböske Helden
<i>Donderdag</i>	21.30-22.15 uur	Heren Fitgym / Volleybal	Peter	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	9.00-10.15 uur	Nordic walking	Giel	Buiten (Kerkeböske)

## **PEUTER- EN KLEUTERGYM**

<i>Zaterdag</i>	8.45-9.45 uur	Kleutergym (2-5 jaar)	Joyce	Piushallen Panningen
<i>Zaterdag</i>	9.00-10.00 uur	Peutergym (2-4jaar)	Ernie	Wieksjlaag Beringe
<i>Zaterdag</i>	10.00-11.00 uur	Kleutergym (4-6 jaar)	Ernie	Wieksjlaag Beringe
<i>Zaterdag</i>	9.00-10.00 uur	Peutergym (2-3 jaar)	Femke C	Gymzaal Kerkeböske Helden
<i>Zaterdag</i>	10.00-11.00 uur	Kleutergym (4-5-6 jaar)	Femke C	Gymzaal Kerkeböske Helden