

| | Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donderdag | Vrijdag |
|-----------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 08:00 tot 08:30 | | | | | |
| 08:30 tot 09:00 | Vrije fitness begeleid | Vrije fitness begeleid | | Vrije fitness niet - begeleid | Vrije fitness begeleid |
| 09:00 tot 09:30 | | | Groepsfitness | | |
| 09:30 tot 10:00 | | | | | |
| 10:00 tot 10:30 | | | | | |
| 10:30 tot 11:00 | | | | | |
| 11:00 tot 11:30 | COPD | | Vrije fitness begeleid | COPD | |
| 11:30 tot 12:00 | | | | | |
| 12:00 tot 12:30 | | | | | |
| 12:30 tot 13:00 | | | | | |
| 13:00 tot 13:30 | COPD | Vrije fitness niet - begeleid | Vrije fitness niet - begeleid | COPD | COPD |
| 13:30 tot 14:00 | COPD | | | | |
| 14:00 tot 14:30 | COPD | | | | |
| 14:30 tot 15:00 | | | | | |
| 15:00 tot 15:30 | | | | | |
| 15:30 tot 16:00 | Vrije fitness niet - begeleid | | | Vrije fitness niet - begeleid | Vrije fitness niet - begeleid |
| 16:00 tot 16:30 | | | | | |
| 16:30 tot 17:00 | | | | | |
| 17:00 tot 17:30 | Vrije fitness begeleid | | Vrije fitness begeleid | Vrije fitness niet - begeleid | Vrije fitness begeleid |
| 17:30 tot 18:00 | | | | | |
| 18:00 tot 18:30 | | | | | |
| 18:30 tot 19:00 | | | | | |
| 19:00 tot 19:30 | | | | | |
| 19:30 tot 20:00 | | | | | |
| 20:00 tot 20:30 | | | | | |
| 20:30 tot 21:00 | | | | | |
| 21:00 tot 21:30 | | | | | |