

Programma Zwembad Zaangolf

Meivakantie maandag 29 april t/m 10 mei



Donderdag 9 mei **Hemelvaartsdag** alleen open voor vrijzwemmen van 10:00-16:00 uur

RECREATIEF- BANENZWEMMEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Recreatiefzwemmen	10:00-14:00	10:00-14:00	10:00-14:00	10:00-14:00#	10:00-14:00	13:00-17:00	10:00-17:00
Banenzwemmen	07:00-09:00	07:00-09:00	07:00-09:00	07:00-09:00	07:00-09:00	13:00-14:00	10:00-12:00
		20:00-22:00	20:00-22:00	20:00-22:00			
Gezinszwemmen							10:00-12:00**
Zwemmen voor mensen met een beperking	18:30-19:30	11:00-12:00**		18:45-19:45**		13:00-14:00**	
				20:00-21:00**			

reservering via de webshop op www.sportbedrijfzaanstad.nl

*Alleen Recreatiebad

**In Therapiebad

AQUA SPORT							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Aqua Bootcamp	19:45-20:30						
Aqua Aerobics	18:45-19:30	20:15-21:00	19:15-20:00				
Aqua Trim	20:30-21:15						
Aqua Jogging		19:15-20:00					
Aqua Pilates	11:00-11:45	10:00-10:45	19:30-20:15				
			20:30-21:15				
Aqua Therapie		09:00-09:45	11:30-12:15		11:00-11:45		
	20:30-21:15		12:15-13:00		11:45-12:30		

reservering via de receptie: zaangolf@sportbedrijfzaanstad.nl

BABY- EN PEUTERZWEMMEN							
	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Ouder- en kindzwemmen in therapiebad (inloop)	09:00-10:30				09:00-10:30		

Zwembad Zaangolf
Wezelstraat 1B
1541 LZ Koog a/d Zaan
T 075-687 15 40

Zwemles A-diploma (1 keer per week)

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles A1 (max. 8 kinderen)	15:45-16:30						
Zwemles A4					15:00-15:45		
Zwemles A5 (max. 8 kinderen)		15:45-16:30					
Zwemles A6		16:30-17:15					
Zwemles A7 (max. 8 kinderen)					15:45-16:30		
Zwemles A10						09:00-09:45	
Zwemles A11						09:45-10:30	
Zwemles A12						10:30-11:15	
Zwemles A13						11:15-12:00	
Zwemles A14		17:15-18:00					

Zwemles A-diploma (2 keer per week)

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles A2	16:30-17:15			16:30-17:15			
Zwemles A3	17:15-18:00			17:15-18:00			
Zwemles A8			16:30-17:15		16:30-17:15		
Zwemles A9			17:15-18:00		17:15-18:00		
Zwemles A15	15:00-15:45			15:00-15:45			

Zwemles B-diploma (1 keer per week)

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles B1 (max. 8 kinderen)	15:00-15:45						
Zwemles B4 (max. 8 kinderen)		15:45-16:30					
Zwemles B5		17:15-18:00					
Zwemles B6 (max. 8 kinderen)					15:45-16:30		
Zwemles B9					15:00-15:45		
Zwemles B10						09:00-09:45	
Zwemles B11						10:30-11:15	
Zwemles B12				15:45-16:30			
Zwemles B13				15:00-15:45			

Zwemles B-diploma (2 keer per week)

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles B2	15:45-16:30			15:45-16:30			
Zwemles B3	16:30-17:15			16:30-17:15			
Zwemles B7			16:30-17:15		16:30-17:15		
Zwemles B8			17:15-18:00		17:15-18:00		

Zwemles C-diploma (1 keer per week)

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Zwemles C1	17:15-18:00						
Zwemles C2		16:30-17:15					
Zwemles C3				17:15-18:00			
Zwemles C4						09:45-10:30	
Zwemles C5						11:15-12:00	

OVERIGE LESSEN

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Extra les		15:00-15:30		15:45-16:15	14:30-15:00		
Privé les		15:00-15:30		15:45-16:15	14:30-15:00		
Zwemvaardigheid 1-2-3			15:45-16:30				
Zeemeerminzwemmen			14:45-15:30				
Zwemles voor volwassenen							

Zwembad Zaangolf

Wezelstraat 1B

T 075-687 15 40

zaangolf@sportbedrijfzaanstad.nl