

Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
08:00		30 Minute Fitness · Josh King · 8:00 - 8:30	HIIT · Sophie Spackman · 8:00 - 8:30	Thursday Fitness · Caroline Kerslake · 8:00 - 8:45		HIIT · Paul Kavanagh · 8:30 - 9:00
09:00	HIIT · Josh King · 9:15 - 10:00	Strength and Stretch · Simon Passey · 09:30 - 10:15			HIIT · Josh King · 9:15 - 10:00	Bootcamp · Paul Kavanagh · 9:00 - 10:00
10:00						
18:00	Circuits · Julie Poole · 18:00 - 18:45	Bootcamp · Paul Kavanagh · 18:00 - 19:00	Yoga · Katie May Tracy · 18:00 - 18:45	Bootcamp · Paul Kavanagh · 18:00 - 19:00		
19:00	Pilates · Victoria Taylor · 19:00 - 20:00		Yoga · Katie May Tracy · 19:00 - 19:45			