

| | groep | | aantal uren | |
|--|----------|----------------|-------------|---|
| Acro gym | ACRO | za 17:00-20:00 | 2 | |
| Beloften jongens BELJ | BELJ | wo 18:30-20:30 | 2 | 4 |
| | | za 11:00-13:00 | 2 | |
| Beloften meisjes BELM | BELM | ma 18:30-20:30 | 2 | 4 |
| | | za 13:00-15:00 | 2 | |
| Conditietraining heren groep 1 | CONM | di 19:30-21:00 | 1,5 | |
| Conditietraining heren groep 2 | | di 21:00-22:30 | 1,5 | |
| Dames en juffrouwen conditietraining CONV | CONV | ma 20:30-21:30 | 1 | |
| Dames en heren toestelturnen DTT | DTT | ma 20:30-21:30 | 1 | |
| G – FIT | G-FIT | ma 18:00-19:00 | 1 | |
| Keurgroep grote jongens KEUJ | KEUJ | ma 18:30-20:30 | 2 | 6 |
| | | do 18:30-20:30 | 2 | |
| | | za 16:00-18:00 | 2 | |
| keurgroep kleine jongens KKEUJ | KKEUJ | ma 18:30-20:30 | 2 | 6 |
| | | wo 18:30-20:30 | 2 | |
| | | za 15:00-17:00 | 2 | |
| Keurgroep meisjes KEUM | KEUM | ma 18:30-20:30 | 2 | 6 |
| | | wo 18:30-20:30 | 2 | |
| | | za 15:00-17:00 | 2 | |
| Kleuters 1 ^{ste} kleuterklas (vanaf 3 jaar) KL1 | KL1 | wo 15:00-16:00 | 1 | |
| | | za 10:00-11:00 | 1 | |
| Kleuters 2 ^{de} kleuterklas KL2 | KL2 | wo 15:00-16:00 | 1 | |
| | | za 11:00-12:00 | 1 | |
| Kleuters 3 ^{de} kleuterklas jongens KL3J | KL3J | za 13:00-15:00 | 2 | |
| Kleuters 3 ^{de} kleuterklas meisjes KL3M | KL3M | wo 14:00-15:00 | 1 | 3 |
| | | za 10:00-12:00 | 2 | |
| Kleuters meisjes geselecteerd KLSE | KLSE | wo 14:00-15:00 | 1 | 3 |
| | | za 11:00-13:00 | 2 | |
| Meisjes 1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar LO12 | LO12 | za 13:00-15:00 | 2 | |
| Meisjes 3 ^{de} en 4 ^{de} leerjaar LO34 | LO34 | za 15:00-17:00 | 2 | |
| Meisjes 5 ^{de} en 6 ^{de} leerjaar LO56 | LO56 | za 10:00-12:00 | 2 | |
| Lager onderwijs jongens LOJ | LOJ | do 18:30-20:30 | 2 | |
| Jongens 1 ^{ste} - 2 ^{de} leerjaar geselecteerd LOSJ | LOSJ | wo 18:30-20:30 | 2 | 4 |
| | | za 11:00-13:00 | 2 | |
| Meisjes 1 ^{ste} en 2 ^{de} leerjaar geselecteerd LOSM | LOSM | ma 18:30-19:30 | 1 | 3 |
| | | za 13:00-15:00 | 2 | |
| Meisjes middelbaar onderwijs MOM | MOM | wo 18:30-20:30 | 2 | |
| Trampoline (meisjes en jongens) middelbaar + lager vanaf 3 ^{de} leerjaar TPMO | TPMO | za 17:00-19:00 | 2 | |
| Tumbling (meisjes en jongens) middelbaar + lager vanaf 3 ^{de} leerjaar TPMO | tumbling | wo 18:30-20:30 | 2 | 4 |
| | | za 17:00-19:00 | 2 | |