



lessenrooster

maandag 2 september t/m zondag 22 december

YOC Noord - Dok Noord 3B, 9000 Gent

2019
1234

MAANDAG						
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	06:30 - 08:30
Iyengar Community Class	Li	📄	📄	📄	📄	09:00 - 10:00
Yin Yoga	In / Di					12:15 - 13:15
Iyengar Yoga	EK					18:30 - 19:30
Iyengar Yoga	EK					20:00 - 21:30
DINSDAG						
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	06:30 - 08:30
Vinyasa Yoga	Al					12:15 - 13:15
Pregnancy Yoga	An					17:30 - 18:30
Vinyasa Yoga	Al					19:00 - 20:00
Yin Yoga	Ly					20:30 - 21:45
WOENSDAG						
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	06:30 - 08:30
Vinyasa Yoga	Ma					12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	So / Kt					18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga	So / Kt					20:15 - 21:15

DONDERDAG						
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	06:30 - 08:30
Iyengar Yoga	EK					09:30 - 11:00
Iyengar Yoga	EK					12:15 - 13:15
Yin Yoga	Ma					18:45 - 20:00
Vinyasa Yoga	Il					20:30 - 21:30
VRIJDAG						
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	06:30 - 08:30
Iyengar Yoga	An			📄		09:00 - 10:00
Iyengar Yoga	EK					10:30 - 12:00
Ashtanga Mysore	So	🕒	🌙	📄	📄	17:30 - 19:00
ZATERDAG						
Hatha Yoga	Mi					09:15 - 10:30
Relax & Renew	Al					11:00 - 12:30
ZONDAG						
Ashtanga Mysore Led Class	So	🕒	🌙	📄	📄	08:00 - 09:30

LEGENDE

- 🕒 laatste moment om te starten is ma t/m vrij 07:15/18:00 uur
- 📄 te volgen als losse les, met een 5-10-20 beurtenkaart óf een 'Onbeperkt + Mysore' abonnement
- 🌙 op 'moondays' is er geen ochtend Mysore, bekijk het overzicht www.yoga-on-call.be/yoga/ashanga-mysore
- 📄 voor meer info over Mysore of contact met de docenten: mysore@yoga-on-call.be
- 📄 stageles onder supervisie van Eva Kamala
- 📄 graag telkens online inschrijven voor deze les
- 📄 deze les gaat NIET door tijdens de schoolvakanties
- 📄 deze les kun je gratis volgen (lees de info over deze les even na op onze website bij YOGA)

LEVELS

- 🟢 **Beginnen** – Level 1
- 🟡 **Verkennen** – All Levels
- 🟠 **Oefenen** – Level 2
- 🔴 **Verdiepen** – Level 3
- 🔵 **Herbronnen** – Gentle Level
- 🟡 **Specifiek** – No Level

Meer info > www.yoga-on-call.be/lessenrooster#levels

WIE

Al: Alexander	In: Inez	Ma: Mathieu
An: Annelies	Kt: Kathleen	Mi: Michèle
EK: Eva Kamala	Li: Linda	So: Sophie
Il: Ilse	Ly: Lyza	

REEKSEN @ NOORD

Volgende lessen bieden we aan in reeksen van vier of vijf:

- Iyengar yoga Special Needs
- Iyengar Yoga Intensives
- Yoga voor Algemeen Welzijn

Je dient online te registreren om je plaats te reserveren!

Website > **YOGA en/of workshops**

WORKSHOPS

Regelmatig bieden we workshops aan op woensdag, vrijdag, zaterdag en zondag. Voor het overzicht van komende workshops: **Website > WORKSHOPS**

Meer info : www.yoga-on-call.be