



lessenrooster

maandag 2 september t/m zondag 22 december

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2019
1234

MAANDAG	hall	room	👤	🕒
Hatha Yoga	🧘		Mi	09:30 - 10:45
Iyengar Yoga		🧘	EK	09:30 - 11:00
Iyengar Yoga		🧘	EK	12:15 - 13:15
Iyengar Yoga		🧘	AG	14:00 - 15:30
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	17:15 - 18:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	18:45 - 20:00
Yin Yoga		🧘	Ly / Mi	18:45 - 20:00
Yoga Nidra		🧘	Ly / Mi	20:30 - 21:30
Ashtanga Yoga	🧘		So	20:30 - 21:30
DINSDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🧘	EK	09:00 - 10:00
Yin Yoga	🧘		Mi	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	🧘		So	17:15 - 18:30
Vinyasa Yoga	🧘		Il	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🧘	EK	19:00 - 20:15
Iyengar Yoga	🧘		EK	20:30 - 21:30
Yin Yoga		🧘	Il	20:30 - 21:30
WOENSDAG	hall	room	👤	🕒
Easy Yoga - Vinyasa	🧘		Fr	09:30 - 10:30
Ashtanga Yoga	🧘		So / Kt	12:15 - 13:15
Vinyasa & Yoga Nidra	🧘		Gi	17:15 - 18:45
Iyengar Yoga		🧘	AG	17:45 - 18:45

Vinyasa Yoga	🧘		Ly	🕒	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🧘	AG	🧘	19:30 - 21:00
Vinyasa Yoga	🧘		Ly		20:30 - 21:30
DONDERDAG	hall	room	👤	🕒	
Vinyasa Yoga	🧘		El		09:30 - 10:30
Easy Yoga - Iyengar		🧘	AG		09:30 - 10:45
Power Vinyasa	🧘		Ma		12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🧘		Al		18:30 - 19:45
Vinyasa Yoga	🧘		Al		20:15 - 21:15
Relax & Renew		🧘	SV		20:15 - 21:30
VRIJDAG	hall	room	👤	🕒	
Asudra Yoga	🧘		Jo		09:30 - 10:30
Yin Yoga	🧘		Ly		12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga		🧘	So		12:15 - 13:30
Yin Yoga	🧘		Mi		18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	👤	🕒	
Vinyasa Yoga	🧘		Ly / Di		09:30 - 10:30
Kids Yoga		🧘	Li / Sa		09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🧘		Ly / Di		11:00 - 12:00
Pregnancy Yoga		🧘	An		11:00 - 12:00
Ashtanga Yoga	🧘		So		12:30 - 13:45
ZONDAG	hall	room	👤	🕒	
Relax & Renew		🧘	Mi		10:00 - 11:30

LEGENDE

- 🧘 ingang via zijdeur (nr. 14), aanbellen bij 'Yoga Room'
- 🕒 deur opent pas 10 min voor aanvang van de les

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 👤

AG: Alexandra G	EK: Eva Kamala	Kt: Kathleen	Sa: Sarah
Al: Alexander	Fr: Francis	Li: Liesbeth	So: Sophie
An: Annelies	Gi: Giel	Ly: Lyza	SV: Sara V
Di: Diana	Il: Ilse	Ma: Mathieu	
El: Elisabeth	Jo: Johan	Mi: Michèle	

REEKSEN @ ZUID

Volgende lessen bieden we aan in reeksen van vijf:

- Mama & Baby Yoga
- Kleuter Yoga
- Tiener Yoga
- Wobbel Yoga

Je dient wel even online te registreren om je plaats te reserveren!
Website > YOGA

WORKSHOPS

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

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