



lessenrooster

7 januari t/m 31 maart

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

1 2019
1234

MAANDAG	hall	room	👤	🕒
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	18:45 - 20:00
Yoga Nidra		🔑	Ly	20:30 - 21:30
Ashtanga Yoga	🔑		Mt / So*	20:30 - 21:30
DINSDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🔑	EK	09:00 - 10:00
Asudra Yoga	🔑		Jo	09:30 - 10:30
Yin Yoga	🔑		Mi	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	🔑		Ju / So*	17:15 - 18:30
Vinyasa Yoga	🔑		Ka	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🔑	EK	19:00 - 20:15
Iyengar Yoga	🔑		EK	20:30 - 21:30
Yin Yoga		🔑	Ka	20:30 - 21:30
WOENSDAG	hall	room	👤	🕒
Easy Yoga - Vinyasa	🔑		Fr	09:30 - 10:30
Ashtanga Yoga	🔑		Kt / So*	12:15 - 13:15
Adem!		🔑	Mi	12:15 - 13:15
Vinyasa & Yoga Nidra	🔑		Gi	17:30 - 19:00

Meditatie	🔑		Ly	🕒	19:15 - 20:00
Iyengar Yoga		🔑	AG	🚪	19:45 - 21:15
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	🔑		Il		18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga	🔑		Ka		20:15 - 21:15
VRIJDAG	hall	room	👤	🕒	
Asudra Yoga	🔑		Jo		09:30 - 10:30
Yin Yoga	🔑		Ly		12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga		🔑	Mt / So*		12:15 - 13:30
Yin Yoga	🔑		Mi / Di		18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	👤	🕒	
Vinyasa Yoga	🔑		Ch / Di		09:30 - 10:30
Kids Yoga		🔑	Sa / Li		09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🔑		Ch / Di		11:00 - 12:00
Pregnancy Yoga		🔑	An		11:00 - 12:00
Ashtanga Yoga	🔑		Kt / So*		12:30 - 13:45
ZONDAG	hall	room	👤	🕒	
Relax & Renew		🔑	Mi		10:00 - 11:30

LEGENDE

🚪 ingang via de zijdeur, aanbellen bij nr. 14 '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

Fr: Francis

Ka: Katherine

Mt: Matthias

An: Annelies

Gi: Giel

Kt: Kathleen

Sa: Sarah

Ch: Charlotte

Il: Ilse

Li: Liesbeth

So: Sophie

Di: Diana

In: Ineke

Ly: Lyza

EK: Eva Kamala

Jo: Johan

Ma: Mathieu

El: Elisabeth

Ju: Jules

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 > WORKSHOPS

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

*Sophie is terug op 2 maart