



# lessenrooster

## maandag 1 april t/m zondag 30 juni

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

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	🔌		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	🔌		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	🔌		So / Kt	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 - 21:00
Vinyasa Yoga	🔌		Ly		20:30 - 21:30
DONDERDAG	hall	room	👤	🕒	
Vinyasa Yoga	🔌		Ka / Ly		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
Ashtanga Yoga	🔌		Ka		20:15 - 21:15
Roll & Release Yoga		🔌	Al		20:15 - 21:15
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 / Di		18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	👤	🕒	
Vinyasa Yoga	🔌		Ly / Di		09:30 - 10:30
Kids Yoga		🔌	Sa / Li		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 de zijdeur (nr. 14), stilletjes naar boven gaan, deur open laten
- 🕒 deur opent pas 10 min voor aanvang van de les

### LEVELS

- 🟢 **Beginnen** – Level 1
- 🟡 **Oefenen** – Level 2
- 🔴 **Verdiepen** – Level 3
- 🟠 **Herbronnen** – Gentle Level
- 🟤 **Specifiek** – No Level

Meer info > [www.yoga-on-call.be/lessenrooster#levels](http://www.yoga-on-call.be/lessenrooster#levels)

### WIE 👤

AG: Alexandra G	Fr: Francis	Kt: Kathleen	Sa: Sarah
Al: Alexander	Gi: Giel	Li: Liesbeth	So: Sophie
An: Annelies	Il: Ilse	Ly: Lyza	
Di: Diana	Jo: Johan	Ma: Mathieu	
EK: Eva Kamala	Ka: Katherine	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](http://www.yoga-on-call.be)**