



# lessenrooster

## 4 september - 23 december 2017

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

MAANDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🧘	EK	09:00 - 10:30
Kundalini Yoga	🧘		In	09:30 - 11:00
Iyengar Yoga		🧘	EK	12:15 - 13:15
Iyengar Yoga		🧘	AG	14:00 - 15:15
Rekanto Yoga		🧘	AG	📄 15:45 - 16:45
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	17:15 - 18:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	18:45 - 20:00
Kundalini Yoga		🧘	In	18:45 - 20:00
Ashtanga Yoga	🧘		So	20:30 - 21:30
DINSDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🧘	EK	09:00 - 10:00
Yin Yoga	🧘		Ja	12:15 - 13:15
Iyengar Yoga		🧘	EK	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	🧘		So	17:15 - 18:30
Hormoon Yoga	🧘		In	🕒 19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🧘	EK	19:00 - 20:15
Iyengar Yoga	🧘		EK	20:30 - 21:30

WOENSDAG	hall	room	👤	🕒
Easy Yoga	🧘		Fr	09:30 - 10:30
Hormoon Yoga	🧘		In	🕒 11:00 - 12:00
Ashtanga Yoga	🧘		So	12:15 - 13:15
Adem!		🧘	In	👤 12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	17:15 - 18:15
Kundalini Yoga		🧘	St	👤 18:00 - 19:00
Vinyasa Yoga	🧘		Gi	18:45 - 19:45
Iyengar Yoga		🧘	AG	👤 19:30 - 21:00
Vinyasa Yoga	🧘		Ly	20:15 - 21:15
DONDERDAG	hall	room	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🧘		Mi	09:30 - 10:30
Power Yoga	🧘		Ma	12:15 - 13:15
Roll & Release	🧘		Al	17:00 - 18:00
Vinyasa Yoga	🧘		Al	18:30 - 19:45
Pregnancy Kundalini Yoga		🧘	Kr	18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga	🧘		Ka	20:15 - 21:15
Kundalini Yoga		🧘	Kr	20:15 - 21:30

VRIJDAG	hall	room	👤	🕒
Asudra Yoga	🧘		Jo	09:30 - 10:30
Yin Yoga	🧘		Al	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga		🧘	So	12:15 - 13:30
Vinyasa & Yin Yoga	🧘		Ja/Di	18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🧘		Ch/Di	09:30 - 10:30
Kids Yoga		🧘	An/Sa	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🧘		Ch/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

- 🕒 je dient voorafgaand de reeks te leren in een van onze dagworkshops [www.yoga-on-call.be/workshops](http://www.yoga-on-call.be/workshops)
- 🕒 deur opent pas 10 min voor aanvang van de les
- 📄 inschrijving via Rekanto: [www.kanker.be](http://www.kanker.be)
- 👤 ingang via de zijdeur, aanbellen bij nr. 14 'Yoga Room'

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

### WIE 👤

Al: Alexander	Ch: Charlotte	Fr: Francis	Ja: Jacqueline	Kr: Krist'l	Mi: Michèle	St: Stefanie
AG: Alexandra G	Di: Diana	Gi: Giel	Jo: Johan	Ly: Lyza	Sa: Sarah	
An: Annelies	EK: Eva Kamala	In: Ineke	Ka: Katherine	Ma: Mathieu	So: Sophie	

### REEKSEN @ ZUID

Volgende lessen bieden we aan in reeksen van vijf:

- Mama & Baby Yoga
- Kleuter Yoga
- Tiener Yoga

Je dient 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](http://www.yoga-on-call.be)**