



# lessenrooster

maandag 4 september t/m zaterdag 23 december 2023

Yoga on Call - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2023  
1234

MAANDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Iyengar Yoga 🐾		🔌			Si	09:30 - 10:45
Iyengar Yoga	🔌				Sy	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🔌				Gi	17:00 - 18:00
Vinyasa Yoga	🔌				Gi	18:30 - 19:45
Iyengar Yoga 🐾		🔌			Sy	18:30 - 19:30
Yin Yoga			🔌		Ly	18:30 - 19:45
Yoga Nidra			🔌		Ly	20:15 - 21:15
Ashtanga Yoga	🔌			🖥️	So	20:15 - 21:15
DINSDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🔌				Al	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga 🐾			🔌		So	17:15 - 18:30
Pregnancy Yoga	🔌				An	17:30 - 18:30
Vinyasa Yoga	🔌				Al	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga 🐾		🔌			Si	19:00 - 20:00
Vinyasa Yoga			🔌		Il	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🔌			Si	20:30 - 21:30
Yin Yoga	🔌			🖥️	Al	20:30 - 21:45
WOENSDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Hatha Yoga 🐾	🔌				Ly	09:30 - 10:30
Yoga Nidra 🐾		🔌			Ly	12:15 - 13:15
Vinyasa & Yoga Nidra	🔌				Gi	17:15 - 18:30
Vinyasa Yoga			🔌		Th	18:45 - 20:00
Yoga Nidra		🔌			Ly	19:00 - 20:00
Vinyasa Yoga	🔌				Is	20:30 - 21:30
Yin Yoga			🔌		Th	20:30 - 21:45

DONDERDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga 🐾	🔌				Is	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🔌				Al	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🔌				Al	18:30 - 19:45
Relax & Renew 🐾		🔌			Ha/Mi	18:30 - 19:45
Vinyasa Yoga	🔌			🖥️	Il	20:15 - 21:15
Yoga Nidra		🔌			Ha/Mi	20:15 - 21:15
VRIJDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Hatha Yoga 🐾	🔌				Ly	09:00 - 10:00
Iyengar Yoga 🐾		🔌			An	09:00 - 10:00
Yin Yoga	🔌			🖥️	Ly	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga 🐾			🔌		So	12:15 - 13:30
Yin Yoga 🐾	🔌				div*	18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🔌			🖥️	Di	09:30 - 10:30
Ashtanga Yoga			🔌		Ul	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🔌			🖥️	Di	11:00 - 12:00
Pregnancy Yoga		🔌			An	11:00 - 12:00
Yin Yoga			🔌		div*	11:00 - 12:15
Iyengar Yoga 🐾		🔌			Ma	12:30 - 13:45
ZONDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Relax & Renew	🔌				Mi	10:00 - 11:30

\* zie online rooster  
 🐾 lessen binnen het 'Puppy Dog' abonnement

**CONTROLEER ALTIJD ONS ONLINE LESSENROOSTER VOOR DE VRIJE PLAATSEN EN/OF LAST MINUTE WIJZIGINGEN!**  
[WWW.YOGA-ON-CALL.BE/LESSENROOSTER](http://WWW.YOGA-ON-CALL.BE/LESSENROOSTER)

### LEVELS

- 🟢 **Beginnen** – Level 1
- 🟡 **Verkennen** – All Levels (géén beginners)
- 🟠 **Oefenen** – Level 2
- 🔵 **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	Il: Ilse	Sa: Sarah	Ul: Ulrike
An: Annelies	Is: Issy	Si: Siel	div: diverse docenten
Di: Diana	Ly: Lyza	So: Sophie	
Gi: Giel	Ma: Marian	Sy: Sylvia	
Ha: Hannah	Mi: Michèle	Th: Thip	

### ONZE REEKSEN

- De wervelkolom met **Johan** - start zo 3 sept 10.30 uur
- Gezond ouder worden met **Sylvia** - start ma 4 sept 14.00 uur
- Ashtanga Yoga Fundamentals met **Ulrike** - start do 14 sept 19.00 uur
- Mama & Baby Yoga met **Annelies** - start vr 15 sept en 10 nov 10.30 uur
- Somatic Movement met **Michèle** - start za 16 sept 09.30 uur
- Iyengar Yoga Animal Asana met **Sylvia** - start wo 20 sept 19.00 uur
- Functional Vinyasa Flow met **Issy** - start zo 24 sept 10.30 uur
- Iyengar Yoga & Immuniteit met **Marian** - start vr 10 nov 13.30 uur

Inschrijven via website > **SPECIALS**

Hier vind je ook onze workshops, lange lessen en yoga retreats.

**Meer info : [www.yoga-on-call.be](http://www.yoga-on-call.be)**