



# lessenrooster

dinsdag 2 april t/m zondag 30 juni 2024  
Yoga on Call - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2024  
1234

MAANDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga*	🔌				Is	09:30 - 10:45
Iyengar Yoga		🔌			Si	09:30 - 10:45
Iyengar Yoga		🔌			Sy/Si	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🔌				Gi	17:00 - 18:00
Vinyasa Yoga	🔌				Gi	18:30 - 19:45
Iyengar Yoga		🔌			Sy/Si	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	17:30 - 18:45
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	🔌				Fe	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🔌				Al	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🔌				Al	18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga			🔌		Ul	18:30 - 19:30
Vinyasa Yoga	🔌			🖥️	Il	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	🔌				Tr	18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Somatic Movement		🔌			Mi	09:15 - 10:30
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			🔌		Sa	11:00 - 12:15
Iyengar Yoga		🔌			Ma	12:30 - 13:45
ZONDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Relax & Renew	🔌				Mi	10:00 - 11:30

\* class in English

**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
- 🟣 **Verdiepen** – Level 3
- 🟡 **Verkennen** – All Levels (géén beginners)
- 🔵 **Herbronnen** – Gentle Level
- 🟠 **Oefenen** – Level 2
- 🟤 **Specifiek** – No Level

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

### WIE 👤

Al: Alexander	Gi: Giel	Ma: Marian	So: Sophie	Ul: Ulrike
An: Annelies	Il: Ilse	Mi: Michèle	Sy: Sylvia	
Di: Diana	Is: Issy	Sa: Sarah W.	Th: Thip	
Fe: Femke	Ly: Lyza	Si: Siel	Tr: Trui	

### ONZE SPECIALS

Regelmatig starten er (thema) lessenreeksen van 3 of 5 lessen.  
Verder organiseren we workshops, lange lessen, intensives en yoga retreats.  
Voor een overzicht en inschrijvingen surf je naar onze website > **SPECIALS**

### VERDIEPEN - LEVEL 3

In het weekend organiseren we regelmatig een Vinyasa Level 3 les met Issy of Alexander. Dit zijn lessen voor yogi's met minstens een jaar ervaring. Je werkt, aan de hand van uitdagende reeksen en houdingen, aan meer kracht, souplesse en uithouding, maar vooral ook aan een diepere concentratie!

Check ons online rooster voor de data!

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