

**DIT IS HET ALGEMENE** basis lesrooster - **vanaf week 45**  
**LET OP:** CHECK ALTIJD DE MINDBODY VOOR DE LAATSTE UPDATE

**MAANDAG**

09.00 - 10.00	Hot -Yoga A 60	Div. Docenten	Studio 1
10.30 - 11.30	Mindfull Yoga	Jolanda	Studio 2
14.30 - 15.15	Yoga Trapeze proef les	Immy	Judo zaal *
19.30 -20.30	Hot -Yoga A 60	Div. Docenten	Studio 1
19.30 -20.30	Yoga Nidra	Jolanda	Studio 2

**DINSDAG**

09.00 - 10.00	Restorative Yin	Jolanda	Studio 1
18.00 - 19.00	Hatha Yoga	Martine	Studio 1
20.00 - 21.00	Zwangerschaps Yoga	Immy	Studio 2
18.30 - 19.30	Yin- Yoga	Elena	Studio 2
20.00 - 21.00	Hot-Yoga A 60	Elena	Studio 1

**WOENSDAG**

09.00 - 10.00	Hot-Yoga B 60	Handan	Studio 1
10.30 - 11.30	Prana -Yoga	Jolanda	Studio 2
10.15 - 11.00	Dreumes/Ouder Yoga (5wk)	Mina	Studio 1
15.00 - 16.00	Kinder-Yoga 4-6 Jaar (5wk)	Bianca	Studio 1
16.15 - 17.15	Kinder-Yoga 7-9 jaar (5 wk)	Bianca	Studio 1
18.30 - 19.30	Beginnerscursus (5 wk)	Immy	Studio 1
18.30 - 19.30	Mindfull Yoga	Jolanda	Studio 2
20.00 - 21.00	Hot-Yoga A 60	Immy	Studio 1
20.00 - 21.00	Body Balance	Margie	Studio 2

**DONDERDAG**

09.00 - 10.00	Basic- Alignment	Jolanda	Studio 2
18.30 - 19.30	Hot-yoga A 60	Immy of Elena	Studio 1
20.00 - 21.00	Yin-Yoga	Immy of Elena	Studio 2

**VRIJDAG**

09.00 - 10.00	Kundalini	Manon	Studio 2
09.30 - 10.30	Hot-Yoga A 60	Elena	Studio 1
11.00 - 12.00	Hatha Yoga	Jolanda	Studio 2
16.30 - 17.30	Tiener Yoga vanaf 10 jaar (5wk)	Bianca	Studio 2
16.00 - 17.00	Hot- Yoga B 60	Handan	Studio 1
19.30 - 20.30	Yoga Nidra	Immy	Studio 1

**ZATERDAG**

09.00 -10.00	Hot-Yoga A of B 60 min	Div. Docenten	Studio 1
10.30 -11.30	Restorative -Yin Yoga	Jolanda	Studio 2 of 1

**ZONDAG**

09.00 -10.00	Hot-Yoga A 60 min	Elena	Studio 1
10.30 -11.30	Yin-Yoga	Elena	Studio 2 of 1
10.00 -10.45	Yoga Trapeze proef les	Immy	Judo zaal *

\* Yogatrapeze proefles, minimaal een dag van te voren aanmelden. bij onvoldoende aanmeldingen wordt de les geannuleerd .

Bij alle lessen geldt het volgende: Bij 2 of minder aanmeldingen wordt de les geannuleerd

Indien u zelf een les niet kunt volgen dient u zich af te melden