



lessenrooster

1 juli t/m 2 september 2018

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2018
1234

MAANDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga 🕯️		🧘	EK / An	09:30 - 11:00
Iyengar Yoga 🕯️		🧘	EK / An	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi / Di / Do	17:15 - 18:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi / Di / Do	18:45 - 20:00
Ashtanga Yoga	🧘		So	20:30 - 21:30
DINSDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga 🕯️		🧘	EK / An	09:00 - 10:00
Yin Yoga	🧘		Mi	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	🧘		So	17:15 - 18:30
Iyengar Yoga 🕯️		🧘	EK / An	19:00 - 20:15
Iyengar Yoga 🕯️	🧘		EK / An	20:30 - 21:30
WOENSDAG	hall	room	👤	🕒
Easy Yoga - Vinyasa	🧘		Fr	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🧘		Gi / Di / Do	17:15 - 18:15
Vinyasa Yoga	🧘		Gi / Di / Do	18:45 - 19:45
Yin Yoga		🧘	St	18.45 - 20.00
Vinyasa Yoga	🧘		Ly	20:15 - 21:15

DONDERDAG	hall	room	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🧘		Mi	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🧘		Al	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🧘		Al	18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga	🧘		Ka	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
Vinyasa & Yin Yoga	🧘		Mi / Di	18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🧘		Ch / Di	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🧘		Ch / Di	11:00 - 12:00
Ashtanga Yoga	🧘		So	12:30 - 13:45
ZONDAG	hall	room	👤	🕒
Relax & Renew	🧘		Mi	10:00 - 11:30

🕯️ LET OP I.V.M. IYENGAR YOGA!

Van maandag 16 juli tot en met zondag 5 augustus zijn er GEËEN lessen IYENGAR YOGA. Vanaf maandag 6 augustus hervatten de Iyengar lessen zoals op dit lessenrooster.

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

WIE 👤

Al: Alexander

An: Annelies

Ch: Charlotte

Di: Diana

Do: Dolly

EK: Eva Kamala

Fr: Francis

Gi: Giel

Jo: Johan

Ka: Katherine

Ly: Lyza

Mi: Michèle

So: Sophie

St: Stefanie

AANGEPAST LESSENROOSTER TIJDENS DE GENTSE FEESTEN! KIJK OP DE WEBSITE > LESSENROOSTER

ZOMERREEKSEN @ ZUID

Volgende reeksen bieden we aan tijdens de zomermaanden. Je kunt ze gewoon volgen met je beurtenkaart!

- Yoga Nidra met Lyza

- Zonnegroeten op het ritme van de Gayatri Mantra met Johan

- Yoga voor algemeen welzijn met Michèle

Je dient wel even online te registreren om je plaats te reserveren!

Website > WORKSHOPS

Meer info : www.yoga-on-call.be



lessenrooster

1 juli t/m 2 september 2018

YOC Noord - Dok Noord 3B, 9000 Gent

2018
1234

MAANDAG

Ashtanga Mysore	Ca / So	☺ ☻ ☾ ⓘ	06:30 - 08:30
Yin Yoga	Mi		12:15 - 13:15
Iyengar Yoga 🏹	EK / An		18:30 - 19:30
Iyengar Yoga 🏹	EK / An		20:00 - 21:30

DINSDAG

Ashtanga Mysore	Ca / So	☺ ☻ ☾ ⓘ	06:30 - 08:30
Pregnancy Yoga	An		17:30 - 18:30
Vinyasa Yoga	Al		19:00 - 20:00
Yin Yoga	Ly		20:30 - 21:45

WOENSDAG

Ashtanga Mysore	Ca / So	☺ ☻ ☾ ⓘ	06:30 - 08:30
Ashtanga Yoga	So		18:30 - 19:45

DONDERDAG

Ashtanga Mysore	Ca / So	☺ ☻ ☾ ⓘ	06:30 - 08:30
Iyengar Yoga 🏹	EK / An		09:30 - 11:00
Iyengar Yoga 🏹	EK / An		12:15 - 13:15
Yin Yoga	Il		18:45 - 20:00
Vinyasa Yoga	Il		20:30 - 21:30

VRIJDAG

Ashtanga Mysore Led Class	Ca / So	☺ ☻ ⓘ	07:00 - 08:30
Iyengar Yoga 🏹	EK / An		09:00 - 10:00
Ashtanga Mysore	So	☺ ☻ ☾ ⓘ	17:30 - 19:00

ZATERDAG

Vinyasa Yoga	El		09:30 - 10:30
Relax & Renew	Al		11:00 - 12:30

ZONDAG

Ashtanga Mysore	Ca / So	☺ ☻ ⓘ	08:00 - 09:30
-----------------	---------	-------	---------------

🏹 LET OP I.V.M. IYENGAR YOGA!

Van maandag 16 juli tot en met zondag 5 augustus zijn er GEËEN lessen IYENGAR YOGA. Vanaf maandag 6 augustus hervatten de Iyengar lessen zoals op dit lessenrooster.

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

LEGENDE

☺ laatste moment om te starten is ma t/m vrij 07:15/18:00 uur

☻ te volgen als losse les, met een 5-10-20 beurtenkaart of een 'Onbeperkt + Mysore' abonnement

☾ op 'moondays' is er geen ochtend Mysore, bekijk het overzicht www.yoga-on-call.be/yoga/ashtanga-msyore

ⓘ voor meer info over Mysore of contact met de docenten: mysore@yoga-on-call.be

WIE

Al: Alexander

An: Annelies

Ca: Caroline

EK: Eva Kamala

El: Elisabeth

Il: Ilse

Ly: Lyza

Mi: Michèle

So: Sophie

AANGEPAST LESSENROOSTER TIJDENS DE GENTSE FEESTEN! KIJK OP DE WEBSITE > LESSENROOSTER

ZOMERREEKSEN @ NOORD

Volgende reeksen bieden we aan tijdens de zomermaanden. Je kunt ze gewoon volgen met je beurtenkaart!

- Chakra's in Yoga met Katherine

- Yoga & Aromatherapie met Charlotte

Je dient wel even online te registreren om je plaats te reserveren!

Website > WORKSHOPS

Meer info : www.yoga-on-call.be