



# lessenrooster

## 3 september t/m 23 december

YOC Zuid - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2018  
1234

Laatste les op woensdag  
3 oktober 2018 wegens  
heupoperatie Alexandra G.

NIEUW  
TIJDSTIP VANAF 10  
OKTOBER 2018! YIN YOGA  
START OM 19 UUR IPV  
18 UUR

MAANDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🧘	EK	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
Yin Yoga		🧘	Ly	18:45 - 20:00
Yoga Nidra		🧘	Ly	20:30 - 21:30
Ashtanga Yoga	🧘		So	20:30 - 21:30
DINSDAG	hall	room	👤	🕒
Iyengar Yoga		🧘	EK	09:00 - 10:00
Asudra Yoga	🧘		Jo	09:30 - 10:30
Yin Yoga	🧘		Mi	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga	🧘		So	17:15 - 18:30
Vinyasa Yoga	🧘		Ka	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🧘	EK	19:00 - 20:15
Iyengar Yoga	🧘		EK	20:30 - 21:30
Yin Yoga		🧘	Ka	20:30 - 21:30
WOENSDAG	hall	room	👤	🕒
Easy Yoga - Vinyasa	🧘		Fr	09:30 - 10:30
Ashtanga Yoga	🧘		So	12:15 - 13:15
Adem!		🧘	In	12:15 - 13:15
Vinyasa & Yoga Nidra	🧘		Gi	17:15 - 18:30

Yin Yoga		🧘	St	19:00 - 20:15
Vinyasa Yoga		🧘	Ly	19:00 - 20:00
<del>Iyengar Yoga</del>		<del>🧘</del>	<del>AG</del>	<del>19:45 - 21:00</del>
Vinyasa Yoga	🧘		Ly	20:15 - 21:15
DONDERDAG	hall	room	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🧘		El	09:30 - 10:30
Easy Yoga - Iyengar		🧘	AG	09:30 - 10:45
Power Vinyasa	🧘		Ma	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🧘		Al	18:30 - 19:45
Ashtanga Yoga	🧘		Ka	20:15 - 21:15
Roll & Release Yoga		🧘	Al	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
Kids Yoga		🧘	Sa / Li	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

- 📄 inschrijving via Rekanto: [www.kanker.be](http://www.kanker.be)
- 🚪 ingang via de zijdeur, aanbellen bij nr. 14 'Yoga Room'
- 🕒 deur opent pas 10 min voor aanvang van de les

### 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	EK: Eva Kamala	Jo: Johan	Mi: Michèle
AG: Alexandra G	El: Elisabeth	Ka: Katherine	Sa: Sarah
An: Annelies	Fr: Francis	Li: Liesbeth	So: Sophie
Ch: Charlotte	Gi: Giel	Ly: Lyza	St: Stefanie
Di: Diana	In: Ineke	Ma: Mathieu	

### REEKSEN @ ZUID

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

- Mama & Baby Yoga
- Kleuter Yoga
- Tiener Yoga
- Wobbel Yoga

Je dient wel even online te registreren om je plaats te reserveren!  
**Website > WORKSHOPS**

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