



lessenrooster

maandag 9 januari t/m vrijdag 31 maart 2023
Yoga on Call - Oudescheldestraat 16 - 9000 Gent

2023
1234

MAANDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga			🏠		La	09:30 - 10:30
Iyengar Yoga		🏠			EK	09:30 - 11:00
Iyengar Yoga		🏠			EK	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🏠				Gi	17:00 - 18:00
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Gi	18:30 - 19:45
Iyengar Yoga		🏠			EK	18:45 - 19:45
Iyengar Yoga	🏠			📺	EK	20:15 - 21:45
Relax & Renew		🏠			Al	20:15 - 21:30
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
Herstellende Iyengar		🏠			EK	18:45 - 20:00
Vinyasa Yoga	🏠				Al	19:00 - 20:00
Vinyasa Yoga			🏠		Il	19:00 - 20:00
Iyengar Yoga		🏠			EK	20:30 - 21:30
Yin Yoga	🏠			📺	Ly	20:30 - 21:45
WOENSDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Hatha Yoga		🏠			Fr	09:30 - 10:30
Vinyasa & Yoga Nidra	🏠				Gi	17:15 - 18:30
Vinyasa Yoga			🏠		Th	18:45 - 20:00
Yoga Nidra	🏠				Ly	19:00 - 20:00
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Ly	20:30 - 21:30
Yin Yoga			🏠		Th	20:30 - 21:45

DONDERDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Eka	09:30 - 10:30
Iyengar Yoga	🏠			📺	EK	11:00 - 12:30
Vinyasa Yoga			🏠		Al	12:15 - 13:15
Vinyasa Yoga	🏠				Al	18:30 - 20:00
Iyengar Yoga		🏠			Ann	18:30 - 19:30
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Il	20:30 - 21:30
Yin Yoga			🏠		Al	20:30 - 21:30
VRIJDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Hatha Yoga	🏠				Jo	09:00 - 10:00
Iyengar Yoga		🏠			EK	10:30 - 12:00
Yin Yoga	🏠			📺	Ly	12:15 - 13:15
Ashtanga Yoga			🏠		So	12:15 - 13:30
Yin Yoga		🏠			Mi/Sa	18:00 - 19:30
ZATERDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Di	09:30 - 10:30
Vinyasa Yoga	🏠			📺	Di	11:00 - 12:00
Pregnancy Yoga		🏠			An	11:00 - 12:00
Yin Yoga			🏠		Ly/Sa	11:00 - 12:15
ZONDAG	hall	room	floor	stream	👤	🕒
Relax & Renew	🏠*	🏠*			Mi/Di	10:00 - 11:30

* check online rooster voor juiste zaal

CONTROLEER ALTIJD ONS ONLINE LESSENROOSTER VOOR DE VRIJE PLAATSEN EN/OF LAST MINUTE WIJZIGINGEN!
WWW.YOGA-ON-CALL.BE/LESSENROOSTER

LEVELS

- 🟢 **Beginnen** – Level 1
- 🟡 **Oefenen** – Level 2
- 🟣 **Verkennen** – All Levels (géén beginners)
- 🟠 **Specifiek** – No Level
- 🟤 **Verdiepen** – Level 3
- 🔵 **Herbronnen** – Gentle Level

Meer info > www.yoga-on-call.be/lessenrooster#levels

WIE 👤

Al: Alexander	EK: Eva Kamala	La: Lauren	Th: Thip
An: Annelies	Fr: Francis	Ly: Lyza	Ul: Ulrike
Ann: Annick	Gi: Giel	Mi: Michèle	
Di: Diana	Il: Ilse	Sa: Sarah	
Eka: Ekaterina	Jo: Johan	So: Sophie	

REEKSEN

Volgende les bieden we aan in reeksen:

- Mama & Baby Yoga (An)
- Starten met Yoga - een introductiereeks (Al)
- Iyengar Yoga - opbouw naar gedraaide houdingen (An)
- Ashtanga Yoga - de basis verkennen en verdiepen (Ul)
- Adem! - een reeks over de ademhaling (Mi)

Voor een overzicht en inschrijvingen:

Website > Workshops

WORKSHOPS

Regelmatig bieden we workshops aan op vrijdag, zaterdag en zondag.
Voor het overzicht van komende workshops: **Website > WORKSHOPS**

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