

LESROOSTER



MAANDAG

6u-7u30 YOGALAB EARLY BIRD (Kevin & Noé)
8u30-10u YOGALAB 2nd MOUSE (Kevin & Noé)

Private classes/massages - op afspraak

18u30-19u30 Restorative Yin (Noé)
20u-21u15 Moon Sequence (Noé)

DINSDAG

8u-9u30 YOGALAB (Kevin)

Private classes/massages - op afspraak

18u30-19u30 Bewust Zwanger Flow* (Saskia)
20u-21u Ashtanga Yoga - BEGINNERS (Kevin)

WOENSDAG

6u-7u30 YOGALAB EARLY BIRD (Kevin & Noé)
8u30-10u YOGALAB 2nd MOUSE (Kevin & Noé)

10u30-11u30 Yin Stretch (Noé)

Private classes/massages - op afspraak

18u30-19u30 Starten met Yoga** (Noé)
20u-21u Gentle Flow (Noé)

DONDERDAG

8u-9u30 YOGALAB (Noé)

Private classes/massages - op afspraak

18u30-19u30 Yin Stretch (Hilde)
20u-21u15 Ashtanga Yoga - ALL LEVELS (Kevin)

VRIJDAG

6u-7u30 YOGALAB EARLY BIRD (Kevin & Noé)
8u30-10u YOGALAB 2nd MOUSE (Kevin & Noé)

10u30-11u45 Moon Sequence (Noé)

Private classes/massages - op afspraak

17u30-18u30 Gentle Flow (Liesbeth)

ZATERDAG

9u-10u15 Ashtanga Yoga - ALL LEVELS (Kevin)

ZONDAG

9u-10u30 Ashtanga Yoga - ADVANCED (Noé)
11u-12u Gentle Flow (Noé)

EEN WOORDJE UITLEG BIJ ONS LESROOSTER

YOGALAB – combinatie tussen groeps- en privéles, je krijgt individuele instructie, je oefent op eigen tempo en niveau

- starten kan met het doorlopen van een YOGALAB-starttraject of als je al geruime tijd de Ashtanga Yoga of Moon Sequence groepslessen volgt
- na een starttraject kan je blijven deelnemen aan het YOGALAB
- je eerste les in het YOGALAB is steeds op afspraak, nadien kom je wanneer je wil
- ER IS GEEN YOGALAB OP VOLLE EN NIEUWE MAAN (zie Moondag-kalender!)

/

Ons lesrooster is een doorlopend schema. Dat betekent dat al deze lessen elke week plaatsvinden, dat we geen onderscheid maken tussen schoolweken of schoolvakanties, dat je op elk moment kan instappen en dat je je niet tot een reeks verbindt, maar vrij kan kiezen en combineren.
TENZIJ ANDERS AANGEDUID!!!

* deze les gaat niet door tijdens de schoolvakanties

** lessenreeks, kijk op de website wanneer de volgende reeks start

Op feestdagen komt het lesrooster te vervallen en bieden we een alternatieve lesplanning aan.

Check regelmatig onze website en sociale media voor speciale lessen, opleidingen en workshops.