

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zaterdag
08:45 TRX YOGA semi-private Vinyasa flow 09.15 - 10.15	09:00 TRX YOGA semi-private Yin 09.30 - 10.30	Classical Hatha 09.00 - 10.15	<b>ochtend lessen alleen in de even weken:</b> Yin 09.15 - 10.15	08:15 TRX YOGA semi-private Vinyasa Flow 08.45 - 09.45	<b>lessen alleen in de oneven weken:</b> Vinyasa** 09.15 - 10.30
Yin 10.15 - 11.15	Yoga Functional Fit 10.30 - 11.30		Vinyasa Flow 10.15 - 11.15	Yin 09.45 - 10.45	
			Go2Ballet-barre 11.15 - 11.55	Pilates Core 10.45 - 11.45	
				Go2Ballet-barre 11.45 - 12.25	

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag	zondag
19:00 TRX YOGA semi-private	Pilates Core 18.15 - 19.15	19:00 TRX YOGA semi-private			08:45 TRX YOGA semi-private Yin 09.15 - 10.15
Go2Ballet-barre 19.30 - 20.10	Astanga Vinyasa 19.15 - 20.30	Vinyasa flow 19.30 - 20.30	Classical Hatha 19.30 - 20.45		Vinyasa Flow 10.15 - 11.15
Vinyasa 20.15 - 21.30	Yin 20.30 - 21.30	Restorative/Yin 20.30 - 21.30	Mannen Pilates Core* 20.50 - 21.50		Pilates Core* 11.15 - 12.15
			*Cursus		*CURSUS

# GO2 | Yoga Ballet-barre

TRX Yoga 2 credits per les bij Onbeperkt Goud 1 keer per week.

De TRX les is 30 minuten en past in een druk schema!

DATA: in overleg af te spreken afgestemd op jouw agenda.

**TRX Yoga Introductie cursus verplicht voorafgaand aan TRX lessen.**