

2024 Undervisningskalender januar - maj

	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Uge 1	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 2	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 3	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 4	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 5	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 6	Ingen yoga	19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	Ingen yoga	Ingen yoga
Uge 7	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 8	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	Ingen yoga	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 9	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 10	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 11	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 12	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 13	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga
Uge 14	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Afløst	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 15	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Afløst	Ingen yoga	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 16	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 17	18:00-19:30 Øvede 19:45-21:15 Begyndere og letøvede	9:00-10:30 Senoryoga - øvede 10:45-12:15 Senoryoga 19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 18	Buffer	19:30 - 21:00 Begyndere og letøvede	Buffer	Buffer
Uge 19		19.30 - 21:00 Begyndere og letøvede		

Er du forhindret i at komme på dit eget hold, kan du inden for samme uge flexe til et andet hold:

Øvede kan flexe til alle andre hold

Begyndere og letøvede kan flexe til alle andre hold, undtagen øvede

Seniorer kan flexe til blid yoga og vice versa, undtagen senior øvede

Senior øvede kan flexe til senior og blid yoga samt yoga for begyndere og letøvede

Spørg læreren via sms om der er plads. Jens 61 67 75 14: Begyndere og letøvede onsdag kl 19.30

Birgitte 20 98 55 94: alle andre hold