

2026 Undervisningskalender januar - april

	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Uge 1	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga
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	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	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	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	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 6	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 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	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga
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	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	Ingen yoga	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	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	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 13	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 14	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga	Ingen yoga
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	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	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	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	16:30-18:00 Begyndere og letøvede 18:15-19:45 Letøvede	10:30-12 Blid fredagsyoga
Uge 18	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	Ingen yoga

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 Birgitte via sms til 20 98 55 94 om der er plads.