



Yogi Heroes / Werf35
 Mussenstraat 11b
 1223 RB Hilversum

Jeffrey: 06 – 141 236 51
 Evalien: 06 – 371 975 18
 Email: info@yogiheroes.com

Lesrooster

Gegeven door:	MAANDAG Jeffrey	DINSDAG Evalien	WOENSDAG Jeffrey	DONDERDAG Evalien	VRIJDAG Evalien	ZONDAG Jeffrey
07:45-08:45	STRONG FLOW	THE HERO WORKOUT	STRONG FLOW	VINYSA FLOW	SLOW FLOW	
09:00-10:30						ASHTANGA
09:15-10:15	THE HERO WORKOUT	VINYSA FLOW	SURYA FLOW	SLOW FLOW	THE HERO WORKOUT	
10:45-12:00					RESTORATIVE YOGA	
11:00-12:00						YOGA FOR MEN
18:30-19:30	SLOW FLOW		STRONG FLOW	SLOW FLOW & RESTORATIVE		
18:45-20:00						
19:00-20:00		VINYSA FLOW				
20:00-21:00			YOGA FOR MEN			
20:00-21:30	ASHTANGA					
20:30-21:45		SLOW FLOW		THE HERO WORKOUT		

EVALIEN OF JEFFREY, WIJZIGINGEN VOORBEHOUDEN