



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	ZATERDAG Lesley	ZONDAG Jeffrey
07:45-08:45		THE HERO WORKOUT	STRONG FLOW	VINYSA FLOW	SLOW FLOW		
09:15-10:15		VINYSA FLOW	SURYA FLOW	SLOW FLOW	THE HERO WORKOUT		
09:30-11:00	YIN YANG						
10:00-11:00							YOGA FOR MEN
10:00-11:30						ASHTANGA	
10:45-12:00					RESTORATIVE YOGA		
18:30-19:30	SLOW FLOW		YOGA & PLAY				
18:45-20:00				SLOW FLOW & RESTORATIVE			
19:00-20:00		VINYSA FLOW					
20:00-21:00			YOGA FOR MEN				
20:00-21:30	ASHTANGA						
20:30-21:45		SLOW FLOW		VINYSA FLOW			

EVALIEN OF JEFFREY, WIJZIGINGEN VOORBEHOUDEN