



# ATTIC PILATES OG YOGA

## TIMEPLAN VARSEMESTER 2021

Semesteret starter mandag 8. februar



MANDAG							
LOTUSSALEN				REFORMERSALEN			
Kl.	Nr.	In	Beskrivelse	Kl.	Nr.	In	Beskrivelse
				1700	140	NO	REFORMER
				1800			medium
1800	103	ALF	YOGA FLOW TEEN/VOKSNE	1805	141	NO	REFORMER
1900			for alle	1905			øvet
1905	104	ALF	VINYASA YOGA				
2020			medium				
2030	105	LM	ASHTANGA YOGA				
2140			nybegynner				

TIRSDAG							
LOTUSSALEN				REFORMERSALEN			
Kl.	Nr.	In	Beskrivelse	Kl.	Nr.	In	Beskrivelse
				0900	143	CD	REFORMER
				1000			åpent nivå
1700	109	GJ	YOGA FOR BARN	1700	144	CD	REFORMER
1800			9-12 år	1800			medium
1805	110	CD	PILATES				
1905			åpent nivå				
				1915	145	CD	REFORMER
				2015			medium/øvet
2015	112	ALF	ASHTANGA YOGA				
2130			medium				

ONSDAG							
LOTUSSALEN				REFORMERSALEN			
Kl.	Nr.	In	Beskrivelse	Kl.	Nr.	In	Beskrivelse
1015	113	KC	YOGA BLISS				
1130			for alle				
1755	117	KC	YOGALATES	1805	147	NO	REFORMER
1855			medium	1905			medium
1900	118	KC	YIN YOGA	1910	148	NO	REFORMER
2010			for alle	2010			øvet

TORSDAG							
LOTUSSALEN				REFORMERSALEN			
Kl.	Nr.	In	Beskrivelse	Kl.	Nr.	In	Beskrivelse
				1000	149	CD	REFORMER
				1100			medium/øvet
				1800	150	CD	REFORMER
				1900			øvet
1900	123	KC	VINYASA YOGA	1905	151	CD	REFORMER
2010			nye/medium	2005			medium
2015	124	KC	YOGA BLISS				
2130			for alle				

FREDAG							
LOTUSSALEN				REFORMERSALEN			
Kl.	Nr.	In	Beskrivelse	Kl.	Nr.	In	Beskrivelse

