




Yoga
Rooster



Flow Yoga & Food
De Groene Haven 302
2627 CD Delft

info@flowyogaandfood.nl

MAANDAG

07.30	-	08.30	Morning Flow
09.00	-	10.15	Dynamic Flow
10.30	-	11.45	Yin Yang Yoga
17.30	-	18.30	Dynamic Flow
18.30	-	20.00	Introductieprogramma (check website voor startdata)
18.45	-	20.00	Gentle Flow
20.15	-	21.30	Evening Flow

DINSDAG

09.00	-	10.15	Morning Flow
10.30	-	11.30	Gentle Flow
18.45	-	20.00	Evening Flow
19.15	-	20.30	Dynamic Flow
20.15	-	21.30	Gentle Flow

WOENSDAG

07.30	-	08.30	Morning Flow
09.00	-	10.15	Yin Yang Yoga
09.30	-	10.45	Gentle Flow
17.30	-	18.30	Dynamic Flow
18.45	-	20.00	Evening Flow
20.15	-	21.30	Yin Yoga

DONDERDAG

09.00	-	10.15	Morning Flow
10.30	-	11.30	Yin Yoga
18.45	-	20.00	Dynamic Flow
19.15	-	20.30	Gentle Flow
20.15	-	21.30	Yin Yang Yog

VRIJDAG

07.30	-	08.30	Morning Flow
09.00	-	10.15	Dynamic Flow
10.30	-	11.45	Gentle Flow

ZATERDAG

09.00	-	10.15	Morning Flow
10.30	-	11.45	Dynamic Flow

ZONDAG

09.00	-	10.15	Morning Flow
09.45	-	11.00	Yin Yoga, Dynamic Flow of Gentle Flow*

(*Afhankelijk van de docent. Elke vorm 1 x per 3 weken)