



Tímatafla World Class - Seltjarnarnes



	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar		Laugardagar
06:10	Pump (50) Bryndís	CBC hjólatími (50) Bryndís	Tabata (50) Bryndís	CBC hjólatími (50) Bryndís	Hot Power Flow (50) Lovísa	09:15	Laugardagspúl & Teygjur (75) Ýmsir
08:30	Morgunþrek (60) Þórhalla		Morgunþrek (60) Þórhalla		Morgunþrek (60) Þórhalla		
12:00		Lokaður Tími (60)		Lokaður Tími (60)		10:30	Buttlift (60) Olga
12:00	Yoga (60) Abba	Hádegispúl (50) Þórhalla	Yoga (60) Abba	Hádegispúl (50) Þórhalla	Yoga (60) Ann Marie	10:45	Hot Yoga (60) Þórhalla
15:30	Unglingahreysti (L)	Dans 7-9 ára (L) DWC	Unglingahreysti (L)	Dans 7-9 ára (L) DWC			
16:30	Zumba (50) Ísabella	Dans 10-12 ára (L) DWC		Dans 10-12 ára (L) DWC			Sunnudagur
17:00		Hot BodyToning (50) Olga	Hot Yoga (60) Þórhalla	Hot BodyToning (50) Olga		09:30	CBC Endurance (45) Ísold
17:10		CBC Endurance (60) Ísold		CBC Interval (60) Ísold		10:00	Hot Core (45) Olga
17:20					Hámark (45) Sveinn Þráinn	11:00	Hot Yoga (60) Abba
17:30	Vaxtarmótun (60) Védís		Vaxtarmótun (60) Védís		Hot Yoga (75) Katrín Myrra		
17:40		Buttlift (60) Ása		Buttlift (60) Ása			
18:00		Yin/Yang Yoga (75) Katrín Myrra		Hot Yoga (60) Katrín Myrra			SALUR 1
18:30	Hot Yoga (75) María Hólm		Hot Yoga (75) María Hólm				SALUR 2
18:40	Hjól & Tabata (45) Védís		Hjól & Tabata (45) Védís				SALUR 3
19:30				YinYoga (90) Katrín Myrra			TÆKJASALUR
19:30	Dans 13-15 ára (L) DWC		Dans 13-15 ára (L) DWC	*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið			
20:30	Dans 16 ára+ (L) DWC		Dans 16 ára+ (L) DWC	*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.			