



# Tímatafla World Class - Ögurhvarfi

HAUST



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar	KL:	Laugardagar
06:30		Hot Fit (45) Ágústa		Hot Fit (45) Ágústa		10:00	Hot Fit (60) Ágústa
07:20						10:15	Spinning (60) Vignir/Fríða Björk
09:00		Hot Body Toning (60) Anna María		Hot Body Toning (90) Anna María			
12:00							Sunnudagur
13:30						10:35	Hjólatími (45) Halldóra
15:30		DWC (L) 7 - 9 ára		DWC (L) 7 - 9 ára		11:00	Zumba (60) Elísa
16:30		DWC (L) 10 - 12 ára		DWC (L) 10 - 12 ára		11:25	Hot Fit (45) Halldóra/Svanhildur
16:30	Unglingahreysti (L)		Unglingahreysti (L)				
16:45	Hot Body Toning (60) Ágústa		Hot Body Toning (60) Ágústa		Hot Body Toning (60) Ágústa		
17:30							Hjólusalur nr. 1
17:30		Spinning (30) Vignir/Fríða Björk		Spinning (30) Vignir/Fríða Björk			Heitur salur nr. 2
18:05		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk			Hóptímasalur nr. 3
18:35							
19:30		Hot Yoga(60) Jóhanna Karls		Hot Yoga(60) Jóhanna Karls			
19:40	DWC (L) 13 - 15 ára		DWC (L) 13 - 15 ára				

\*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið

\*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.