



## World Class - Smáralind 2023



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar	KL:	Laugardagar
06:10	Pump (50) Anna Marta	Hjólátími (60) Daði	Tabata (50) Anna Marta	Hjólátími (60) Daði	Hot Power Flow (50) Anna Marta	08:50	Hjólátími (60) Daði
08:30	Pump (45) Orka		Tabata (45) Orka		Hot Power Flow (45) Orka	10:00	Bjartur (L) 120
10:00						11:30	Buttlíft (45) Mirjam Yrsa
11:45		Tabata (45) Orka	Hópkennsla (L) Katrín	Tabata (45) Orka			
11:50					Hot Fit (50) Sara Davíðs		
12:00			Hjólátími (45) Hrönn		Hjólátími (45) Lilja Lind/Pálína G.	KL:	Sunnudagar
12:00	Hot Yoga (60) Jóhanna Karls		Hot Yoga (60) Jóhanna Karls			10:15	Hjólátími (90) Pálína G.
12:15	Hópkennsla (L) Jóna Rut					11:00	Buttlíft (45) María Kristjáns
16:30	DWC 10-12 ára (L)	Buttlíft (45) Salvör	DWC 10-12 ára (L)	Buttlíft (45) Salvör		12:00	Core&teygjur (45) María Kristjáns
16:30	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils			
16:40	Hjólátími (50) Tanja		Hjólátími (50) Tanja				
17:20					Hjólátími (60) Þóra		
17:40	Pump (50) Orka	Hjólátími (45) Orka	Buttlíft (50) Orka	Hjólátími (45) Orka			
18:00		Hot Fit (45) María Kristjáns		Hot Fit (45) María Kristjáns			SALUR 1
18:30		DWC Dansfit (L)		DWC Dansfit (L)			SALUR 2
18:40		Tindur (L) 60		Tindur (L) 60			SALUR 3
19:15				Core&teygjur (45) María Kristjáns			
19:30		DWC 13 - 15 ára (L)		DWC 13 - 15 ára (L)			
20:00	Belly Fitness (L)	Tindur (L) 60	Belly Fitness (L)				
20:00		Tindur (L) 60		Tindur (L) 60	*Ath. að tímatöflu getur breyst án fyrirvara.		
20:20	Core&teygjur (45) Lilja Lind				*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið		