



Tímatafla World Class - Egilshöll

2023



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar	KL:	Laugardagar
06:10	Hjólatími (60) Halldóra	Tabata (45) Matthildur	Hjólatími (60) Halldóra	Infrared HotFit (45) Matthildur	Hjólatími & Core (65) Eva Dís/Þórdís	09:05	Infrared Hot fit (45) Eva Dís / Svana
06:15						10:00	Infrared Core&Teygjur (45) Eva Dís/Svana
12:00	Hámark (45) Guðrún H.	Infrared HotFit (45) Guðrún H.	Hámark (45) Guðrún H.	Infrared HotFit (45) Guðrún H.	Infrared Hot Fit (45) Guðrún H.	10:45	Zumba (60) Alexandra / Kristín J
15:30		DWC 7 - 9 ára (L)		DWC 7 - 9 ára (L)			
16:30		DWC 10 - 12 ára (L)		DWC 10 - 12 ára (L)			
17:20	Infrared HotYoga (70) Jóhanna Karlsd		Infrared HotYoga (70) Jóhanna Karlsd				Sunnudagur
17:30	Súperform (L) Ellen Elsa		Súperform (L) Ellen Elsa	Súperform (L) Ellen Elsa		10:10	Spinning (45) Eva Dís / Matthildur
17:35		Infrared HotFit (50) Dagbjört				11:05	Infrared HotFit (45) Eva Dís / Matthildur
17:40		Zumba (60) Kristín Jóna		Zumba (60) Alexandra	Unglingahreysti (L) Símon Þorkell		
18:45		Unglingahreysti (L) Símon Þorkell					
18:50	Infrared HotFit (45) Ellen Elsa		Infrared HotFit (45) Ellen Elsa				
19:40	Infrared Power FitPilates (L) Þorbjörg		Infrared Power FitPilates (L) Þorbjörg				SALUR 1
19:50	DWC 13 - 15 ára (L)	Infrared HotFit (50) Sesselja	DWC 13 - 15 ára (L)	Infrared HotFit (50) Sesselja			SALUR 2
19:50				*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.			SALUR 3
20:30				*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið			TÆKJASALUR