



# Tímatafla World Class - Ögurhvarfi

Gildir frá 17. ágúst 2020



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar	KL:	Laugardagar
06:30		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)		10:00	Hot Butt (60) Ágústa
07:30		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)			
08:45		HotBodyToning (60) Anna María		HotBodyToning (90) Anna María			
09:30		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)	Hóppjálfun (L)		Sunnudagur
10:00	HotBodyToning (60) Anna María					10:35	CBC hjólatími(45) Halldóra
10:30		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)		11:00	Zumba (60) Alla
11:30	Hóppjálfun (L)					11:25	Hot Fit (30) Halldóra
12:00		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)			
16:30	HotBodyToning (60) Ágústa		HotBodyToning (60) Ágústa				
17:40	Hot Fit (60) Kristín Gerður		Hot Fit (60) Kristín Gerður				Hjólasalur nr. 1
17:30	Zumba (60) Alla	Spinning (30) Vignir/Fríða Björk	Zumba (60) Alla	Spinning (30) Vignir/Fríða Björk			Heitur salur nr. 2
17:45		Hóppjálfun (L)		Hóppjálfun (L)			Hóptímasalur nr. 3
18:00					Hot Butt (40) Fríða Björk		
18:40	Tabata (60) Vignir		Tabata (60) Vignir				
18:05		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk			*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið
19:30		Hot Yoga(75) Jóhanna Karls		Hot Yoga(75) Jóhanna Karls			*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.