



World Class - Smáralind 2022



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar		
06:10	Pump (50) Anna Marta		Pump (50) Anna Marta		Hot Power Flow (50) Anna Marta	KL:	Laugardagar
06:30						11:30	Buttlift (45) Mirjam Yrsa
07:10	Absolut Training (L)		Absolut Training (L)		Absolut Training (L)		
08:30	Pump (45) Karitas		Tabata (45) Karitas		Hot Power Flow (45) Karitas		
11:45		Tabata (45) Stefán		Tabata (45) Stefán			
12:00			Námskeið (L)			KL:	Sunnudagar
12:00	Hjólatími (45) Marta Auðuns		Hjólatími (45) Lára		Hjólatími (45) Lára / Lilja Lind	10:15	Hjólatími (90) Pálína
12:00	Hot Yoga (60) Jóhanna Karls		Hot Yoga (60) Jóhanna Karls				
16:30	DWC 8-12 ára (L)		DWC 8-12 ára (L)				
16:30	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils			
17:20							
17:40		Hjólatími (45) Orka		Hjólatími (45) Orka			SALUR 1
17:40	Pump (50) Sara Davíðs		Buttlift (50) Sara Davíðs				SALUR 2
18:00		Hot Fit (45) María Kristjáns		Hot Fit (45) María Kristjáns			SALUR 3
18:30		DWC Dansfit (L)		DWC Dansfit (L)			
18:40		Tindur (L)		Tindur (L)			
18:45	Jóga fyrir byrjendur (L)		Jóga fyrir byrjendur (L)				
19:40		DWC 13 - 15 ára (L)		DWC 13 - 15 ára (L)			
20:00		Tindur (L)					
20:00		Tindur (L)		Tindur (L)	*Ath. að tímatöflu getur breyst án fyrirvara.		
20:20	Core&teygjur (45) Lilja Lind				*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið		