



# World Class - Smáralind

Haut 2022



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	11:30	Buttlift (45) Mirjam Yrsa
11:30			Hópkennsla (L) Katrín				
11:45		Tabata (45) Orka		Tabata (45) Orka		KL:	Sunnudagar
12:00			Hjólátími (45) Hrönn		Hjólátími (45) Lilja Lind/Pálína G.	10:15	Hjólátími (90) Pálína
12:00	Hot Yoga (60) Jóhanna Karls		Hot Yoga (60) Jóhanna Karls				
12:15	Hópkennsla (L) Jóna Rut						
16:30	DWC 10-12 ára (L)		DWC 10-12 ára (L)				
16:30	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils	Hot Fit (45) Sandra Lilja	Hot Yoga (60) Gréta Hergils			
16:40	Hjólátími (50) Tanja		Hjólátími (50) Tanja				
17:20					Hjólátími (60) Þóra		
17:40		Hjólátími (45) Orka		Hjólátími (45) Orka			
17:40	Pump (50) Orka		Buttlift (50) 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)		Tindur (L)			SALUR 3
19:30		DWC 13 - 15 ára (L)		DWC 13 - 15 ára (L)			
20:00	Belly Fitness (L)	Tindur (L)	Belly Fitness (L)				
20:00		Tindur (L)		Tindur (L)	*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.		
20:20	Core&teygjur (45) Lilja Lind				*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið		