



## Tímatafla World Class - Ögurhvarfi 2023



KL.	Mánudagar	Þriðjudagar	Miðvikudagar	Fimmtudagar	Föstudagar	KL:	Laugardagar
06:30		Hópkennsla (L) Anna		Hópkennsla (L) Anna		10:00	Hot Fit (60) Ágústa
09:00		Hot Body Toning (60) Anna María		Hot Body Toning (60) Anna María		10:45	Spinning (45) Vignir/Fríða Björk
10:00							
12:00		Hot Fit (45) Daníela		Hot Fit (45) Daníela			
13:30							
16:30							
16:45	Hot Body Toning (60) Ágústa		Hot Body Toning (60) Ágústa		Hot Body Toning (60) Ágústa		Hjólasalur nr. 1
17:00							Heitur salur nr. 2
17:30	Zumba (60) Inga Arons	Spinning (30) Vignir/Fríða Björk	Zumba (60) Inga Arons	Spinning (30) Vignir/Fríða Björk			Hóptímasalur nr. 3
18:05		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk		Hot Fit (30) Vignir/Fríða Björk			
19:05	Barre Fit (L)		Barre Fit (L)				
19:30		Hot Yoga(60) Jóhanna Karls		Hot Yoga(60) Jóhanna Karls			
19:40							

\*(x) lengd tíma (L) Lokuð námskeið

\*Ath. að tímatafla getur breyst án fyrirvara.