

# Yoginis & friends

## SOMMARSHEMA 2018

MÅNDAG

TISDAG

ONSDAG

TORSDAG

FREDAG

LÖRDAG

SÖNDAG

Ashtanga Mysore 8.00-9.30 Vera/Annika
---

Mindful Moments 9.30-10.30 Nadja
--

Ashtanga-hatha 9.00-10.15 Bengt
Yinyoga 10.30-11.30 Bengt

Familjeyoga fr 6 år 10.00-11.00 5/8 samt 19/8
---

Vinyasa flow 18.00-19.15 Fanny	Mjuk hatha 18.30-19.45 Annika/Carina	Hatha 18.00-19.15 Fanny	Ashtanga (ledd) 18.00-19.15 Vera/Annika
Hatha-kundalini 19.30-20.45 Fanny	17 juli kl 18-21 <i>Yoginiskap</i> Fanny Larsson	Restorative 19.30-20.45 Fanny	Yinyoga 19.30-20.45 Vera/Annika/Carina

9 juni kl 13-17 <i>Nano Detox</i> Fanny Larsson	Ashtanga Mysore 15.00-16.15 Vera
18 aug kl 13-17 <i>Same same but different</i> Fanny Larsson	Kundalini/medicinsk 17.00-18.30 Suzann/Alexandra

Beskrivning av klass

Fysisk

Medel

Lugn

Workshop

Med reservation för ändringar. Schemat för perioden innehåller kortare uppehåll på några klasser. Boka alltid in din plats på [yoginis.se](http://yoginis.se)

