

Yoginis & friends

Vårterminen 2019

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
9.30-10.45 Mindful Monday Nadja					9.00-10.15 Ashtanga hatha fusion Bengt	10.00-11.00 Teknikklass Fanny/Annika
		11.00-12.15 MediYoga Flow Maria	11.00-12.00 Yoga Soft Kristina	11.00-12.15 Hatha Fanny	10.30-11.30 Yinyoga Bengt	11.15-12.15 Yinyoga Fanny/Annika
11.30-12.30 Embodied yoga flow Annika	12.00-13.15 De-stress Victoria	12.30-13.30 Restorative Maria	12.15-13.30 Yinyoga&meditation Kristina	12.30-13.30 Pranayama&meditation Fanny		
					WORKSHOPS se hemsidan	
16.30-17.30 Mindful family 8 ggr* Nadja	16.30-17.30 Yoga tillsammans* Fanny	16.30-17.30 Tonårsyoga*** Carina/Victoria	17.00-18.00 Ashtanga grund Vera	16.30-17.30 ojämn v Mindful Bliss Nadja		15.30-16.45 Hormonyoga Alexandra
	17.45-18.45 Restorative Fanny	18.00-19.15 Embodied yoga flow Annika	18.30-19.45 Kundaliniyoga Victoria	WORKSHOPS se hemsidan		17.00-18.15 Ashtanga Mysore** Vera
18.00-19.15 Medicinsk yoga Maria						
19.30-20.45 Hatha Kristina	19.00-20.15 Ashtanga Mysore Vera	19.30-20.45 Yinyoga Helena	20.00-21.00 Restorative Victoria			

Med reservation för ändringar.

Uppehåll förekommer, boka alltid in din plats på yoginis.se.

*Ingår för dig med hel- och halvårskort

** Ledd Primary vissa datum *** Se hemsidan för datum

Medel

Lugn

Fysisk

