

VINTERSHEMA

27 december 2021 – 30 januari 2022



BIRKASTAN TOMTEBOG. 30	FRIDHEMSPLAN PONTONÄRG. 36
----------------------------------	--------------------------------------

MÅNDAG 27/12	TISDAG 28/12	ONSDAG 29/12	TORSDAG 30/12	FREDAG 31/12	LÖRDAG 1/1	SÖNDAG 2/1
	7.00-8.30 MYSORE STYLE	7.00-8.30 MYSORE STYLE	7.00-8.30 MYSORE STYLE	NYÅRSAFTON	NYÅRS DAGEN	
17.15-18.45 MYSORE STYLE		17.30-19.00 MYSORE STYLE				
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA LEDD		17.15-18.45 ASHTANGAYOGA LEDD			
17.30-18.45 YINYOGA			19.00-20.15 YINYOGA			
MÅNDAG 3/1	TISDAG 4/1	ONSDAG 5/1	TORSDAG 6/1	FREDAG 7/1	LÖRDAG 8/1	SÖNDAG 9/1
		7.30-9.30 MYSORE FÖRDJUPNING	7.30-9.30 MYSORE FÖRDJUPNING	7.30-9.30 MYSORE FÖRDJUPNING	7.30-9.30 MYSORE FÖRDJUPNING	
17.15-18.45 MYSORE STYLE		TRETTONDAGSAFTON	TRETTONDAGEN			
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA LEDD					
17.30-18.45 MEDIYOGA						
MÅNDAG 10/1	TISDAG 11/1	ONSDAG 12/1	TORSDAG 13/1	FREDAG 14/1	LÖRDAG 15/1	SÖNDAG 16/1
7.00-8.30 MYSORE STYLE	7.00-8.30 MYSORE STYLE	7.00-8.30 MYSORE STYLE	7.00-8.30 MYSORE STYLE			
17.15-18.45 MYSORE STYLE		17.30-19.00 MYSORE STYLE				
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA LEDD		17.15-18.45 ASHTANGAYOGA LEDD			
17.30-18.45 RESTORATIVE			19.00-20.15 YINYOGA			
	19.00-20.30 PRE-MYSORE INTENSIV	19.00-20.30 PRE-MYSORE INTENSIV	19.00-20.30 PRE-MYSORE INTENSIV			
MÅNDAG 17/1	TISDAG 18/1	ONSDAG 19/1	TORSDAG 20/1	FREDAG 21/1	LÖRDAG 22/1	SÖNDAG 23/1
6.30-8.15 MYSORE STYLE	6.30-7.45 YINYOGA FULLMÅNE	6.30-8.15 MYSORE STYLE	6.30-8.15 MYSORE STYLE			
17.15-18.45 MYSORE STYLE		17.30-19.00 MYSORE STYLE				
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA LEDD		17.15-18.45 ASHTANGAYOGA LEDD			
17.30-18.45 YINYOGA			19.00-20.15 YINYOGA		10.00-12.00 ASHTANGA NYBÖRJAR INTENSIV	10.00-12.00 ASHTANGA NYBÖRJAR INTENSIV
MÅNDAG 24/1	TISDAG 25/1	ONSDAG 26/1	TORSDAG 27/1	FREDAG 28/1	LÖRDAG 29/1	SÖNDAG 30/1
	6.30-8.15 MYSORE STYLE	6.30-8.15 MYSORE STYLE	6.30-8.15 MYSORE STYLE	6.30-8.15 MYSORE STYLE		9.00-10.30 MYSORE STYLE
17.15-18.45 MYSORE STYLE		17.30-19.00 MYSORE STYLE				
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA LEDD					
17.30-18.45 RESTORATIVE						
	17.15-18.45 PRE-MYSORE INTENSIV	17.15-18.45 PRE-MYSORE INTENSIV	17.15-18.45 3(3) PRE-MYSORE INTENSIV		10.00-12.00 ASHTANGA NYBÖRJAR INTENSIV	10.00-12.00 ASHTANGA NYBÖRJAR INTENSIV

VINTERKORT: 1.350 kr (gäller i båda våra studios, 27 december tom. 30 januari, ej intensivkurs)