



SOMMARSHEMA

20 JUNI – 28 AUGUSTI 2022

BIRKASTAN :: TOMTEBOGATAN. 30	FRIDHEMSPLAN ::: PONTONJÄRGATAN 36	ENDAST ONLINE
--------------------------------------	---	----------------------

VECKA	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
v.25 20/6-26/6	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE	9.30-10.45 MEDIYOGA	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		Midsommar-afton	Midsommar-dagen	
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd				
	19.30-20.45 HATHAYOGA FLOW		19.00-20.15 YINYOGA				
v.26-28 27/6-17/7	7.00–8.45 Ass: 7.00–9.15 MYSORESTYLE (v.26)	9.30-10.45 MEDIYOGA (v.26)	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE	10.00-11.00 HATHA/YINYOGA (v.26)	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE			
	19.30-20.45 HATHAYOGA FLOW (v.26)		19.00-20.15 YINYOGA (v.26,27)	19.00-20.15 YINYOGA			
v.29-30 18/7-31/7	STÄNGT	STÄNGT	STÄNGT 9.00-10.00 HATHAYOGA ENDAST ONLINE	STÄNGT 19.00-20.15 YINYOGA ENDAST ONLINE	STÄNGT		
v.31-32 1/8-14/8	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE	9.30-10.45 MEDIYOGA	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE			
		19.30-20.15 HATHAYOGA FLOW		19.00-20.15 YINYOGA			
v.33 15/8-21/8	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE	9.30-10.45 MEDIYOGA	7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		7.00–8.45 Ass: 7.00–8.30 MYSORESTYLE		
	17.30-19.00 ASHTANGAYOGA Ledd	17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE		17.30-19.00 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE			
		17.30-19.00 1(3) INTRO MYSORESTYLE INTENSIV	17.30-19.00 2(3) INTRO MYSORESTYLE INTENSIV	17.30-19.00 3(3) INTRO MYSORESTYLE INTENSIV		10.00-12.00 1(2) ASHTANGAYOGA NTENSIV FÖR NYBÖRJARE	10.00-12.00 2(2) ASHTANGAYOGA NTENSIV FÖR NYBÖRJARE
				19.00-20.15 YINYOGA			
v.34 22/8-28/8	6.30–8.15 Ass: 6.30–8.00 MYSORESTYLE	9.30-10.45 MEDIYOGA	6.30–8.15 Ass: 6.30–8.00 MYSORESTYLE	6.30-8.00 YINYOGA/ MEDITATION	6.30–8.15 Ass: 6.30–8.00 MYSORESTYLE		
	17.15-18.45 ASHTANGAYOGA Ledd	17.15-18.45 Ass:17.15-18.30 MYSORESTYLE	17.15-18.45 Ass:17.30-18.45 MYSORESTYLE			10.00-12.00 1(2) ASHTANGAYOGA NTENSIV FÖR NYBÖRJARE	10.00-12.00 2(2) ASHTANGAYOGA NTENSIV FÖR NYBÖRJARE
		18.00-19.15 YINYOGA		19.00-20.15 YINYOGA			

OBS! Vissa Morgonmysore ha vi öppet till kl. 9.15, kika i bokningssystemet.

SOMMARKORT 2.100 KR - GÄLLER ALLA KLASSER FÖRUTOM INTENSIVKURSER

HELGINTENSIVER, Ashtangayoga för nybörjare

Fridhemsplan 20-21/8, 10.00-12.00 :: 650 kr

Birkastan 27-28/8, 10.00-12.00 :: 650 kr

Birkastan 17-18/9, 11.30-13.30 :: 650 kr

Fridhemsplan 24-25/9, 10.00-12.00 :: 650 kr

3-DAGARSINTENSIV, Intro Mysore Style

Birkastan 16-18/8 tisdag – torsdag 17.30-19.00 :: 750 kr