

# HÖSTSCHEMA 2023

28 augusti – 23 december



YogaDevi Järfälla :: Boka kurs eller drop-in

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
6.00-6.25 (MO) <b>PRANAYAMA</b> 📺		6.30-8.30 (MO) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.	6.30-7.30 (MB) <b>YINYOGA &amp; MEDITATION</b>  Denna klass är online 📺	6.30-8.30 (GF) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.		
6.30-7.30 (MO) <b>ASHTANGAYOGA LEDD KLASS</b>						
6.30-8.30 <b>MYSORE</b>						
9.30-10.45 (MO) <b>HATHA &amp; YINYOGA</b> Alla nivåer 📺		9.30-10.45 (BC) <b>MEDIYOGA</b> Alla nivåer 📺			9.00-10.30 (MO) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.	10.00-11.15 (IF) <b>ASHTANGAYOGA LEDD KLASS</b> Alla nivåer
				11.30-12.30 (NL) <b>HATHA-FLOW</b> Alla nivåer 📺	11.00-12.15 (JE/NL) <b>YINYOGA FÖR STELA SNUBBAR</b> Alla nivåer	
	16.45-17.45 (BC) <b>COREYOGA</b> Alla nivåer					16.00-17.15 (NL) <b>HATHA-FLOW</b> Alla nivåer
17.45-19.00 (AM) <b>ASHTANGAYOGA NYBÖRJARE</b>	18.00-19.15 (AM/JL) <b>YINYOGA</b> Alla nivåer	17.30-19.00 (MO) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.	17.30-19.00 (MO) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.	17.00-18.30 (MB/CS) <b>MINDFUL FREDAG</b> Alla nivåer 📺		17.30-18.45 (SO) <b>YINYOGA</b> Alla nivåer 📺
19.15-21.00 (GF) <b>ASHTANGAYOGA MYSORE</b> Du är redo när du gått nybörjarkurs.	19.30-20.45 (JL) <b>HATHA-FLOW</b> Alla nivåer	19.15-20.30 (MO) <b>ASHTANGAYOGA LEDD KLASS</b> Alla nivåer	19.15-20.30 (IF/JE) <b>YINYOGA</b> Alla nivåer 📺			

Studion öppnar 15 minuter innan klassen startar 📺 Klassen sänds även online

## Lärare:

MO = Maria Olsten  
MR = Maria Robarth  
MB = Marita Berg Gustafsson  
GF = Gigi Fridfinnsdottir  
AM = Anna Myrefjord  
SO = Sussi Obenius  
JL = Jeanette Lund  
IF = Ida Frykler  
BC = Bea Casselholm de Salles  
CS = Cecilia Stadtaus  
JE = Jessica Ekstam  
NL = Natalie Lundell

## Yogas-citta-vṛtti-nirodhaḥ

Yoga är att stilla sinnets rörelser

När vi lär oss att förbli fokuserade på andningen, kroppen, ögonblicket, skapas ett utrymme där frö av insikt planteras – insikter som för oss närmare vår sanna natur.  
*Patanjali Yoga Sutra 1:2*

# HÖSTSCHEMA 2023

28 augusti – 23 december



## Priser kort och drop-in

### ÅRSKORT:

Drop-in på alla klasser i studion och online. Gäller från inköpsdatum.  
Ingår förinspelade klasser, 10% rabatt i shopen och på utvalda workshops.  
Ingår bokning av 1 valfri kurs på termins-schema.

**795 kr/månad** eller **9.400 kr/år**

### YOGAKORT:

Drop-in på klasser i studion och online. Gäller från inköpsdatum.  
Ingår bokning av 1 valfri kurs på termins-schemat.

**6 MÅNADER 5.800 kr**

**3 MÅNADER 3.200 kr**

### YOGAKORT obundet:

**1.200 kr/månad** – Drop-in på alla klasser i studion och online.

### YOGAKORT UNGDOM obundet (16-23 år)

**450 kr/månad** – Drop-in på alla klasser i studion och online.

### KLIPPKORT:

**2.200 kr/10 ggr** – **Ordinarie** (gäller 6 mån). Alla drop-in klasser.

**1.100 kr/5 ggr** – **Ordinarie** (gäller 6 mån). Alla drop-in klasser.

**1.800 kr/10 ggr** – **Vardagar dagtid** (gäller 6 mån).

### DROP-IN:

**240 kr** – Drop-in klasser.

**190 kr** – Drop-in klasser vardagar 9.00-16.45.

### PROVA-PÅ MÅNAD:

**650 kr** – Drop-in på alla klasser i studion och online. Gäller 30 dagar från inköpsdatum.

**Pris för kurser se respektive kurs [www.yogadevi.se/jarfalla](http://www.yogadevi.se/jarfalla).**

10% rabatt för heltidsstuderande och seniorer på yogakort. Gäller ej drop-in eller prova-på månad, ungdomskort. Går ej att kombinera med andra rabatter eller erbjudanden.

---

Du av-/ombokar själv i bokningssystemet.

**Du kan boka en klass tidigast 1 vecka i förväg. Om du behöver avboka gör du det senast 3 timmar innan klassen startar.**

Studion öppnar 15 minuter innan klassens börjar