

# Schema Vårterminen 2025

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
		07:15-08:15 LUGN HATHA <i>Lina (från 5 feb)</i>		Morgon/förmiddagsklass från 7 feb	10:00-11:00 HATHA <i>Olrika lärare</i>	
11:30-12:30 HATHA <i>Veronica</i>		09:30-10:15 MAMMA-BABY <i>Mirja</i>	11:30-12:30 LUGN HATHA & YIN <i>Malou</i>			
17:30-18:45 LUGN HATHA & MEDITATION <i>Malou</i>	17:30-19:00 ASHTANGA FORTS. (Ledd/Mysore) <i>Maria</i>	17:30-18:45 HATHA VINYASA & MEDITATION, FORTS. 2-3 <i>Veronica</i>	17:30-18:30 PILATES <i>Malou</i>	16:00-17:15 YINYOGA <i>Anna</i>		15:30-16:30 HATHA FOR BEGINNERS Round 1: 19/1 -16-2. Round 2: 27/4-25/5 <i>Joanne (in English)</i>
17:30-18:45 HATHA DYNAMIC FLOW <i>Lejla</i>	17:30-18:45 LUGN HATHA & YIN <i>Elise</i>	17:30-18:45 GRAVIDYOGA (endast kurs) <i>Mirja</i>	17:30-18:45 ASHTANGA GRUND <i>Mia/Kristina/Maria</i>			17:00-18:15 YIN/ YANG FLOW <i>Joanne (in English)</i>
19:15-20:30 YINYOGA (fullbokad kurs) <i>Malou</i>	19:00-20:15 TANTRA YOGA <i>Radhika</i>	19:00-20:00 HATHA VINYASA NYBÖRJARE/NIVÅ 1 <i>Veronica</i>	19:00-20:15 YIN & RESTORE <i>Malou</i>			
		19:15-20:30 YINYOGA <i>Cecilia</i>	19:00-20:15 BREATHWORK & REIKI (varannan vecka) <i>Mikaela</i>			

Annat schema under skollov och helgdagar