

Schema Höstterminen 2022

Alla kurser har drop in i mån av plats, se på vår hemsida, SCHEMA & BOKA

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
		06:30-07:30 MORNING FLOW <i>Malou</i>				
					09:30-10:45 HATHA <i>Helene</i>	
11:30-12:30 HATHA <i>Veronica</i>		11:30-12:30 HATHA <i>Malou</i>			11:15-12:15 KURS:HATHA NYBÖRJARE <i>Vera</i>	
		13:00-14:00 KURS: MAMMA BABY <i>Mirja</i>		16:30-17:45 YINYOGA <i>Anna H</i>		17:30-19:00 KURS: YIN & YANG FLOW <i>Joanne</i>
17:30-18:45 KURS:LUGN HATHA & MED. <i>Malou</i> 17:30-18:45 KURS:HATHA DYNAMIC FLOW <i>Anna H</i>	17:30-19:00 KURS:ASHTANGA 2-3 <i>Lotta</i> 17:45-18:45 HATHA CORE FLOW <i>Maya</i>	17:30-18:45 KURS:HATHA VINYASA 2-3 <i>Veronica</i> 17:45-19:00 KURS:ASHTANGA 1-2 <i>Carina</i>	17:30-18:30 KURS:GRAVIDYOGA <i>Mirja</i> 17:45-19:00 HATHA DYNAMIC FLOW <i>Maya</i>			
19:15-20:30 KURS:YINYOGA <i>Malou</i>	19:15-20:30 KURS:EMBODIED HATHA FLOW <i>Vera</i>	19:00-20:00 KURS:HATHA VINYASA 1 <i>Veronica</i>	19:00-20:15 KURS:RESTORATIVE <i>Vera</i>			