

bara ॐ yoga

Schema 17 augusti - 20 december

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Self-Practice 07:00 - 09:00 (inga justeringar)	Ashtanga Nybörjare & Fortsättning 07:00 - 08:15		Self-Practice 06:00 - 09:00	Ashtanga Nybörjare & Fortsättning 09:15 - 10:45	Self-Practice 10:00 - 12:00	
	Ashtanga Nybörjare & Fortsättning 10:00 - 11:30		Mamma/Barn Yoga 11:00 - 12:00		Ashtanga Nybörjare & Fortsättning 10:00 - 11:30	Gravid Yoga 14:00 - 15:30 Start 6 sep
	Barn Yoga (7-11 år) 16:00 - 17:00		Barn Yoga (4-6 år) 16:00 - 16:50			Ashtanga Fortsättning 15:45 - 17:15
Mindfulness Kurs 17:15 - 19:15	Hatha 17:30 - 19:00	Gravid Yoga 18:00 - 19:30	Ashtanga Fortsättning B 17:30 - 19:15	Hatha 17:15 - 18:30		Yin Yoga 17:30 - 19:00
Ashtanga Fortsättning B 19:30 - 21:15	Self-Practice 19:15 - 21:15	Ashtanga Nybörjare 19:45 - 21:15	Ashtanga Fortsättning 19:30 - 21:00			Meditation 19:15 - 20:00 Sista sönd varje månad