

SCHEMA VÅRTERMINEN 2025

v 3-22

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
				7.00-8.00 Hatha * <i>Mirja</i>		
				9.30-10.15 Mamma-baby Yogalates <i>Mirja</i> Kurs 6 ggr	9.00-10.00 Pilates * <i>Kristina</i>	
		11.45-12.45 Yinyoga * <i>Mirja</i>		10.45-11.45 Senioryoga <i>Mirja</i> Kurs 6 ggr	10.15-11.15 SoMa Move * <i>Kristina</i>	
			16.30- 17.45 Gravidyoga <i>Mirja</i> Kurs 6 ggr			17.00-18.15 Ashtanga * <i>Katti</i>
18.00-19.15 Ashtanga * <i>Ida</i>	18.00-19.00 Vinyasa * <i>Mirja</i>	17.45-19.00 Yin och mindfulness <i>Theresa</i>	18.00-19.00 Pilates Power * <i>Kristina</i>			18.30-19.45 Yin och breathwork * <i>Eva/Sara</i>
19.30-20.45 Yinyoga * <i>Caroline</i>	19.30-20.45 Yinyoga * <i>Mirja</i>	19.15-20.30 Viriyayoga/dynamisk hatha * <i>Nathalie</i>	19.30-20.45 Yinyoga * <i>Mirja</i>			

Uppehåll på kurser v9 (sportlov), v16 (påsklov14/4-21/4), 30/4-1/5, 29/5-1/6. Specialschema under uppehåll, se bokningssystemet

Classes marked with * can be taught in English