

Schema VT 2019 Kroppsverkstan (Malmö. 48)

Datum: 14/1-19/5 (Undantag står på respektive klass) Medlemsportal (Boka/Köp): kroppsverkstanyogorummet.zoezi.se

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
10.00-11.30 Lugn Hatha Yoga Jessica Ej 22/4	10.00-11.00 Stark mamma <i>Om mammaträning</i> Viktoria Ej 30/4	11.00-12.00 Mamma-bebis-yoga <i>Om mammaträning</i> Andrea Ej 1/5	10.30-11.30 Stark mamma <i>Om mammaträning</i> Viktoria Ej 18/4	10.00-11.30 Hatha flow Anneli Ej 19/4	09.30-10.45 Hatha flow Rikard/Anna-Lena Ej 20/4	10.00-11.30 Kundalini Yoga Helene/Frieda Ej 21/4
	11.45-12.30 Spinning Jocke Ej 30/4		12.00-13.00 Kundalini Yoga Gratispass Anna H OBS! Start 7/2		11.00-12.15 Yin Yoga Rikard/Anna-Lena Ej 20/4	<i>Kurs</i> 10.00 <i>Styrka tjejer</i> 09.00/10.30 <i>Löpkurs</i> <i>Kurs Familjeyoga</i> 13.45 <i>4-6 år</i> Ej 21/4 14.45 <i>6-11 år</i> Ej 21/4
17.30-18.15 HIIT (Högintensiv intervallträning) Viktoria Ej 22/4	17.30-18.00 CirkelFys Jocke Ej 30/4	<i>Kurs</i> 17.00 <i>Barnyoga, barn 10-12 år</i> Ej 1/5	17.30-18.00 CirkelFys Pär	17.00-18.15 Afterwork Yin Yoga Johan Ej 19/4		16.15 CirkelFys 16.45 Core/Bål Sara Ej 21/4
18.30-19.30 Zumba Victor Ej 22/4	<i>Kurs</i> 18.15 <i>GravidYoga</i> Ej 30/4	18.15-19.15 Hatha strong flow Fredrik Ej 1/5	18.15-19.15 Pilates Boaz	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; background-color: #fff; box-shadow: 5px 5px 0px #000;"> <p>Kurser Barn & familjeyoga Gravidyoga Senioryoga i Bagis</p> <p>Workshops, kurser, retreats & utbildningar Löpkurs, Styrka för tjejer, Gongbad. Läs aktuellt utbud här</p> </div>		17.30-18.15 Spinning Sara Ej 21/4
19.45-20.30 Soma Move Josefine Ej 22/4	19.30-20.45 Hatha flow Madeleine Ej 30/4	19.30-20.45 Kundalini Yoga Frieda Ej 1/5	19.30-20.45 Hatha flow Rikard			18.30-19.45 Yin & Yang Yoga Anneli/Titti Ej 21/4