

Schema VT 2019 Yogarummet i Bagarmossen

Datum: 14/1-19/5 (Undantag står på respektive klass)

Ingång: Djupågatan 1 (Bagarmossens Folkets Hus)

Medlemsportal (Boka/Köp): kroppsverkstanyogariummet.zoezi.se

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
10.30-11.30 Mamma bebis yoga <i>Om mammaträning</i> Andrea Ej 22/4	09.30-10.45 Yin yoga Rikard Ej 30/4	07.00-08.00 Hatha flow Stephanie OBS! Start 30/1 Ej 1/5	09.30-10.45 Hatha flow Anneli	10.30-11.30 Mamma bebis pilates <i>Om mammaträning</i> Viktoria Ej 19/4	09.45-11.00 Vinyasa flow Eva/Charlotte Ej 20/4	10.00-11.30 Hatha basic Madeleine Ej 21/4
<i>Kurs</i> 16.30 Familjedans 17.45 Gravidyoga Ej 22/4	<i>Kurs</i> 15.15 Senoryoga, klicka här 16.30 Tonårsyoga, ungdom 13-17 år Ej 30/4					
19.00-20.25 Hatha flow Mateusz Ej 22/4	18.00-19.15 Lugn Hatha Johan Ej 30/4	18.00-19.15 Hatha flow Rikard Ej 1/5	18.00-18.45 Soma Move (Smidighet, styrka, kondition) Josefine	(Ingår på alla kort) 17.00-18.15 Afterwork Yin yoga på Kroppsverkstan Johan	<i>Workshop</i> Aktuella workshops	
20.30-21.00 Yoga nidra Mateusz Ej 22/4	19.30-21.00 Hatha flow Anneli Ej 30/4	<i>Kurs</i> 19.30 Hatha yoga för nybörjare Ej 27/2	19.00-20.30 Hatha slow flow Anna-Lena			16.30-17.45 Yin yoga Helene/Johan Ej 21/4