

# Schema VT 2020

Schema 13/1-26/6 - separat schema 27/6-16/8  
Med reservation för eventuella ändringar i schemat



Kurser



Drop-in klasser

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
<b>D</b> Ashtanga Mysore 6:15-8:30 Drop in till 7:30 Jill	<b>D</b> Ashtanga Mysore 6:15-8:30 Drop in till 7:30 Annika	<b>D</b> Hathayoga 9:00-10:15 Ann	<b>D</b> Ashtanga Mysore 6:15-8:30 Drop in till 7:30 Ann/Jill	<b>D</b> Ashtanga Mysore 6:15-8:30 Drop in till 7:30 Annika	<b>D</b> Restorative Yoga 9:00-10:15 Ann/Maria	<b>D</b> Ashtanga Mysore 8:30 - 10:30 Drop in till 9:00 Annika/Lilian
<b>D</b> Yinyoga 9:00-10:15 Ann	<b>K</b> Senioryoga / Yoga med Parkinson 11:00-12:15 Annika Start 21/1	<b>K</b> Yoga Kvinna 55+ 10.30-11.45 Jill Start 22/1	<b>K</b> Yoga för Män / Ryggyoga 06.30-07.30 Johanna Start 16/1	<b>D</b> Ledd Ashtanga Mjuk 9:00-10:15 Jill	<b>D</b> Ashtanga Ledd + Mysore 11.00-12.30 Ann/Catrin	<b>D</b> Hathayoga 9:30 - 10:45 Jill/Gabriella
		<b>D</b> Ashtanga Self Practice 12:00-14.00 Drop in till 12.30	<b>K</b> Senioryoga / Yoga med Parkinson 11:00-12:15 Annika Start 23/1			
<b>K</b> Tonårsyoga tjejer 16.15-17.15 Ann Start 20/1						
<b>K</b> Ashtanga Steg 1 17.30-19.00 Jill Start 20/1	<b>K</b> Ashtanga Steg 2 17:45-19:15 Ann 21/1	<b>D</b> Ashtanga Mysore 16.45 - 19.00 Drop in till 18.00 Annika	<b>K</b> Gravidyoga 17.00-18.15 Annika Start 23/1			<b>D</b> Yinyoga 17.00 - 18:15 Helene
<b>D</b> Hathayoga 18:30-19:45 Catharina	<b>D</b> Yinyoga 18:00-19:15 Sara	<b>K</b> Ashtanga Steg 3 17.30 - 19.00 Ann Start 22/1	<b>K</b> Meditation 18.30-19.30 Annika Start 23/1 Drop in för medlemmar			
<b>K</b> Ashtanga för Män 19.15-20.45 Jill Start 20/1	<b>D</b> Ashtanga Ledd klass Half Primary 19:30-21:00 Ann					