

YOGAKURSER & PASS, schema vårterminen 2022

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
YOGA (chakra) kl. 9.00-10.30 a) 17/1-21/3 (ej 21/2) 1.395 kr (9 ggr) b) 28/3-13/6 (ej 11/4, 18/4, 6/6) 1.395 kr (9 ggr)		RYGGYMPA kl. 9.00-10.00 19/1-22/6 (ej 23/2, 13/4) 145 kr/gång, 10-kort: 1.250 kr Din första gång är gratis!		RYGGYMPA kl. 9.00-10.00 21/1-17/6 (ej 25/2, 15/4, 27/5) 145 kr/gång 10-kort: 1.250 kr Din första gång är gratis!
RYGGYMPA kl. 11.00-12.00 17/1-20/6 (ej 21/2, 11/4, 18/4, 6/6) 145 kr/gång, 10-kort: 1.250 kr Din första gång är gratis!	GRAVID-YOGA kl. 17.30-19.00 1.250 kr (8 ggr) a) 18/1-15/3 (ej 22/2) b) 29/3-24/5 (ej 12/4) Gratis prova på första gången!	YOGA (tema) kl. 11.00-12.30 a) 19/1-23/3 (ej 23/2) 1.395kr (9 ggr) b) 30/3-8/6 (ej 13/4) 1.550 kr (10 ggr)	MAMMA-BEBISYOGA kl. 10.30-11.30 a) 3/3-7/4 700 kr (6 ggr) Gratis prova på första gången!	YOGA (grund) kl. 11.00-12.30 a) 21/1-25/3 (ej 25/2) 1.395 kr (9 ggr) b) 1/4-10/6 (ej 15/4, 27/5) 1.395 kr (9 ggr)
YOGA (grund) kl. 13.30-15.00 a) 17/1-21/3 (ej 21/2) 1.395 kr (9 ggr) b) 28/3-13/6 (ej 11/4, 18/4, 6/6) 1.395 kr (9 ggr)	YOGA (tema) kl. 19.30-21.00 a) 18/1-22/3 (ej 22/2) 1.395 kr (9 ggr) b) 29/3-31/5 (ej 12/4) 1.395 kr (9 ggr)	YOGA ONLINE kl. 13.30-15.00 a) 19/1-23/3 (ej 23/2) 1.395kr (9 ggr) b) 30/3-8/6 (ej 13/4) 1.550 kr (10 ggr)		
PROVA YOGA GRATIS! Under v. 3 och v. 13 är det kursstarter och då är det gratis att prova på första gången för alla nya kunder! Välkommen med din anmälan!		YOGAPRISER En gång: 250 kr Yogakurs (6-10 ggr): se ovan. 10-kort: 1.950 kr (10-kort kan endast köpas om man gått en kurs i Med.Yoga tidigare)		

Med reservation för ändringar.

Förklaringar till passen och mer info finns på hemsidan under fliken "YOGA" resp. "RYGGYMPA".

Generellt gäller följande intensitet/nivå för yogapassen:

1) Yoga (grund) – mjuk.

2) Yoga (tema) – mjuk/medel. Tis tema: a) "Core", b) "Hormonbalans".

Ons tema: a) "Kraft & energi", b) "I am basic".

3) Yoga (chakra) – mjuk/medel. I am-pass med temat "chakra" i båda kurserna.

4) Yoga online – mjuk/medel.

