



Sommar schema, 1 juli - 16 augusti 2019

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6.15-9 Mysore-style Drop-in till 8 Olle/Pake		6.15-9 Mysore-style Drop-in till 8 Olle/Pake		6.15-9 Mysore-style Drop-in till 8 Olle/Pake		
17.30-17.55 Meditation*/ Pranayama**	17-17.40 Ledd stående 17.40-19 Mysore-style Drop-in till 18 Olle/Pake	17-19 Mysore Olle/Pake	17-17.40 Ledd stående 17.40-19 Mysore-style Drop-in till 18 Olle&Pake			
18-18.40 Ledd stående 18.40-20 Mysore-style Drop-in till 18 Olle/Pake		19.15 - 20.15 Yin yoga Olle/Pake				

Pake undervisar vecka 27-30, Olle undervisar vecka 31-33

*Meditation v 27, 29, 31, 33. **Pranayama v 28, 30, 32

Intro till Ashtangayoga; 26-27/6 - Intro till Yin yoga; 2 & 4/7 (mer info på hemsidan)