



Specialschema våren 2020, 20 april - 10 maj (Obs! stängt fredag 1 maj!)

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6.15-8.30 Mysore-style Drop-in till 7.30 Olle		6.15-8.30 Mysore-style Drop-in till 7.30 Olle		6.15-8.30 Mysore-style Drop-in till 7.30 Olle		8.30-9 Meditation (Se datum nedan**/****) 9-11 Mysore-Style Drop-in till 10 Pake
	12-13.30 Lunchyoga Mysore-style Drop in till 12.30 Olle		12-13.30 Lunchyoga Yinyoga + meditation Pake			
						13.15-16 MSC Pake
16.30-17 Pranayama 17-19 Ledd stående/ Mysore-style Drop-in till 18 Olle	17-18.30 Yinyoga Pake	17-17.40 Ledd stående 17.40-19 Mysore-style Drop-in till 18 Olle	17-17.40 Ledd stående 17.40-19 Mysore-style Drop-in till 18 Pake			16.30-18 Yinyoga/Yoga Nidra Pake
19.15-20.45 Kurs Nivå 2 Ashtanga Olle		19.15-20.45 Kurs Nivå 1 Ashtanga Pake	19.15-20.45 Yinyoga kurs Pake			18.15-19.45 Kurs Nivå 1 Ashtanga Olle

