

Yogaklasser på Lila shala vårterminen 2012

Terminen pågår 16/1-8/6. Sommarschema LEVA från v26-31.

Stängt alla röda dagar, sportlov (v9) + påsklov (v15).

Drop-in i mån av plats på samtliga klasser, hör gärna av dig innan!



Lila shala

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag
6.00-9.30*	6-10**	6.00-9.30*	6-10**	6-10**
Mysore MC	Self Practise	Mysore MC	Self Practise	Self Practise

* insläpp Mysore från 6.00, justeringar fr 6.30.

** insläpp 6.00, shalan öppen för yogisar med Mysorekort

17.00-18.40	17.00-18.20		17.00-18.30	lördag
Ashtanga	Hathayoga		Asht Nybörj.	STÄNGT
"flow"	MC	17.30-18.45	Maria Ö	söndag**
andning MC	18.30-20.10	Yinyoga	18.45-20.00	STÄNGT
18.45-20.00	Ashtanga	Viveka	Hathayoga	
Asht Nybörj.	"slow"		Carina	
MC	teknik MC			

Se hemsidan för mer info om yoga, kurserna, priser, lärare och workshoppar.

Lila shala ligger på Humlegårdsvägen 17, 621 46 Visby, info@lilashala.se, www.lilashala.se

Telefon: 0700-456 105, BG 5120-8882, Facebook: "Lila shala"

Yogaklasser på Lila shala vårterminen 2012

Terminen pågår 16/1-8/6. Sommarschema LEVA från v26-31.

Stängt alla röda dagar, sportlov (v9) + påsklov (v15).

Drop-in i mån av plats på samtliga klasser, hör gärna av dig innan!



Lila shala

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag
6.00-9.30*	6-10**	6.00-9.30*	6-10**	6-10**
Mysore MC	Self Practise	Mysore MC	Self Practise	Self Practise

* insläpp Mysore från 6.00, justeringar fr 6.30.

** insläpp 6.00, shalan öppen för yogisar med Mysorekort

17.00-18.40	17.00-18.20		17.00-18.30	lördag
Ashtanga	Hathayoga	17.30-18.45	Asht Nybörj.	STÄNGT
"flow"	MC	Yinyoga	Maria Ö	söndag**
andning MC	18.30-20.10	Viveka	18.45-20.00	STÄNGT
18.45-20.00	Ashtanga		Hathayoga	
Asht Nybörj.	"slow"		Carina	
MC	teknik MC			

Se hemsidan för mer info om yoga, kurserna, priser, lärare och workshoppar.

Lila shala ligger på Humlegårdsvägen 17, 621 46 Visby, info@lilashala.se, www.lilashala.se

Telefon: 0700-456 105, BG 5120-8882, Facebook: "Lila shala"