helsingør yoga

Hold skema efterår 2010

Ole Rømersvej	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
07.00 - 08.00		Dynamisk Morgenyoga Annika			Yin Morgenyoga Annika		
08.15 - 09.45	Yoga 1 Charlotte	Yoga 1 Søren	Meditation Roberta 8.30-9.30		Yoga 1 Annika		
10.00 - 11.30	Blid Yoga Skånehold Lilian	Yoga Ryg/mave Rikke L.	Yin/Yang Yoga Ulla L.	Yoga 1 Janne			
11.45 - 13.15				Blid Yoga Skånehold Janne		Yoga 1 Jan	
13.00 - 14.30	Yoga efterfødsel Ulla GP						
14.45 - 16.15	Yoga Gravide 6 ugers moduler Ulla GP	Yoga 1 Søren		Meditation Roberta 15.15-16.15	Yoga 1 Søren		
16.30 - 18.00	Yoga 1 Søren	Yoga 2 Søren	Yoga 1 17.15-18.45 Lilian	Yoga 1 Charlotte	Yoga 1 Søren		
18.15 - 19.45	Yoga 2 Søren	Yoga 2 Søren		ManuVision Træning Rikke TB			
20.00 - 21.00	Yoga og Mindfulness Søren						

Grøn: ledige hold Rød: fuldt bookede hold Blå: special hold

Helsingør Yoga ▫ Ole Rømersvej 4B ▫ 3000 Helsingør ▫ 46 92 28 70 ▫ www.helyoga.dk ▫ info@helyoga.dk