

# Schema höst 21 del 1

30 augusti – 24 oktober

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6-8:30 Mysore	6-8:30 Mysore	7-8 Pranayama	6-8:30 Mysore	6-8 Open Shala		
	9:30-10:45 MammaBaby	8-10 Mysore			8-10 Mysore	9:15-10:45 Hatha Nidra
	11-12 YogaCore			10:30-12:30 Mysore	10:15-11:45 Half P	
		15:30-17 Yin		16-17:30 Yin		14:45-16:15 Gravidyoga
17-18:30 Ash 2	16:30-18.30 Mysore	17:15-18:45 AYU Ash	16:30-18.30 Mysore			16:30-18:30 Mysore
19-20:30 AYU Ash	18:45-20 Ash 1 intro		18:45-20:15 Hatha Nidra			

Med reservation för ev. ändringar – håll koll på boknings-schemat på hemsidan ☺



**ashtanga yoga uppsala**

[www.ashtangauppsala.se](http://www.ashtangauppsala.se)