

# Schema höst 23 del 1

28 augusti – 22 oktober

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
6-8:30 Mysore	6-8 Open Shala	6-8:30 Mysore	6-8:30 Mysore	6-8 Open Shala	8-10 Mysore	
					10:15-11:45 AYU Ash	
11:15-12:15 YogaLates	11:15-12:15 YogaCore		11:15-12:15 ChairYoga	11-12:45 Mysore		
	13-14 MammaBaby					
17:15-18:45 Ash 2	16:30-18.30 Mysore	17:15-18:45 Gravidyoga	16:30-18.30 Mysore	16-17:30 Yin		16-17:30 Hatha Nidra
19-20:15 Ash 1	18:45-20:30 Ash 3	19-20:30 Yin	18:45-20:15 Ash 2			17:45-19:30 Mysore

Med reservation för ev ändringar – boknings-schemat på hemsidan/appen gäller, kolla där först



**ashtanga yoga uppsala**

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