

Schema höst 23 del 2

23 oktober-17 december

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					
17:15-19 Ash 3	16:30-18:30 Mysore	17:15-18:45 Gravidyoga	16:30-18.30 Mysore	16-17:30 Yin		16-17:30 Hatha Nidra
19:15-20:45 Ash 2	18:45-20 Ash 1	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