

Julschema 23/24

Vecka 51 (18-24.12)

Mån 18.12	Tis 19.12	Ons 20.12	Tors 21.12	Fre 22.12	Lör 23.12	Sön 24.12
6:30-8:30 Mysore			6:30-8:30 Mysore			
	11:15-12:15 YogaCore				GOD	JUL ☺
17:30-19 Ashtanga		17:30-19 Yin				

Vecka 52 (25.12-31.1)

Mån 25.12	Tis 26.12	Ons 27.12	Tors 28.12	Fre 29.12	Lör 30.12	Sön 31.1
	9-11 Mysore m. frukost!			6:30-8:30 Mysore		
					GOTT	NYTT ÅR ☺
		17:30-19 Ashtanga	17:30-19 YinNidra			

Vecka 1 (1-7.1)

Mån 1.1	Tis 2.1	Ons 3.1	Tors 4.1	Fre 5.1	Lör 6.1	Sön 7.1
	6:30-8:30 Mysore				9-11 Mysore	
	17:30-19 Ashtanga	17:30-19 Yin	17:30-19 Ashtanga			17-18:30 HathaNidra

- Yoga så ofta du vill hela julen (18.12-7.1): Julkort 650:- ☺
- Mysore m frukost 26.12: Gratis för årskort/julkort. Övriga 400:-
- Med reservation för ev. ändringar – drop in-schemat/appen gäller



ashtanga yoga uppsala

www.ashtangauppsala.se