

Höstschema 2024 Shala Zinken
Yogashala Stockholm, Ringvägen 9 d
19 augusti – 19 december 2024

MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
06.00 – 09.30 Mysore style Lisa/Camilla	06.00 – 09.30 Mysore style Lisa/Camilla	06.00 – 09.30 Mysore style Lisa/Camilla	06.00 – 09.30 Mysore style Lisa/Camilla	06.00– 07.30 Led Primary Nivå 4 Ledd klass Lisa	08.00 – 10.00 Mysorestyle Åsa	08.00 – 10.00 Mysore style Drop-in Hans/ Kristel
12.00 - 13.00 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Cia	12.00 – 13.00 Yin Ledd klass Camilla		12.00 – 13.00 Yin Ledd klass Camilla	12.00 - 13.00 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Cia	10.30 – 11.45 Yin yoga Ledd klass Åsa	10.30 – 11.45 Ashtanga Nivå 2 Ledd klass Hans/ Kristel
17.00 – 18.30 Mysore.style Viktoria	17.00 – 18.30 Mysore.style Viktoria	17.00 – 18.30 Mysore.style Viktoria	17.00 - 18.30 Mysore.style Viktoria			
17.00 – 19:00 Ashtanga Yoga Mysorekurs Ej Drop-in Lisa	17.30 – 18.45 Ashtanga Nivå 2 Ledd klass Jennifer	18.30 – 20.00 Ashtanga Fortsättning mot Mysorekurs Hans	18.00 - 19.15 Ashtanga Introkurs Emma			
18.45 - 20.00 Yoga för stela män kurs Hans	18.45 - 20.00 Yoga för stela män kurs Lena Start 15/10					
19.15 - 20.30 Yoga för stela män kurs Åsa Start 16/9	19.00 - 20.30 Ashtanga Yoga i 4 steg kurs Jennifer					