



Yogashala Stockholm
 Gotlandsgatan 88,
 116 38 Stockholm
 Telefon 08 556 033 53
 Bankgiro 5271-9580
 info@yogashalastockholm.se
 www.yogashalastockholm.se

Sommarschema 2025

Vecka 24 Zinken

MÅNDAG 9/6	TISDAG 10/6	ONSDAG 11/6	TORSDAG 12/6	FREDAG 13/6	LÖRDAG 14/6	SÖNDAG 15/6
06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/ Ida	06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/Kristel	Mån-dag	06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/Ida	06.00 – 07.30 Led primary Hans	08.00 – 09.30 Mysorestyle Drop in Åsa	08.00 – 09.30 Mysorestyle Drop in Kristel
				08.00 – 09.30 Mysorestyle Drop in Ida	10.00 – 11.15 Yinyoga Drop in Åsa	10.00 – 11.30 Ashtanga Nivå 3 Ledd klass Drop in Kristel
	11.30 – 12.30 Yin Ledd klass Drop in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Cia		
					13.00 - 15.00 Fortsättningsintensiv Kristel	13.00 - 15.00 Fortsättningsintensiv Kristel
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Hans	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Åsa	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Jon	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	18.00 - 20.00 Fortsättningsintensiv Kristel		17.30– 18.45 Ashtanga Nivå 2 Ledd klass Drop in Anna
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Jarinja		18.00 – 19.15 Yin Ledd klass Drop in Liselott				

Vecka 25 Zinken

MÅNDAG 16/6	TISDAG 17/6	ONSDAG 18/6	TORSDAG 19/6	FREDAG 20/6	LÖRDAG 21/6	SÖNDAG 22/6
06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/Ida	06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/Kristel	06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/	06.00 – 09.30 Mysore style Drop in Camilla/ Kristel	MIDSOMMAR-AFTON-STÄNGT	MIDSOMMARDAGEN STÄNGT	Stängt!
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla					
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Jon	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Hans	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Åsa			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Jarinja		18.00 – 19.15 Yin Ledd klass Drop in Liselott				

Vecka 26 Zinken

MÅNDAG 23/6	TISDAG 24/6	ONSDAG 25/6	TORSDAG 26/6	FREDAG 27/6	LÖRDAG 28/6	SÖNDAG 29/6
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	Mån-dag	06:00 – 08:00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysore style Drop-in Lisa 08:00- 09:30 Self- practice utan lärare	06:00– 07:30 Traditionell Ashtanga Yoga Led primary Drop in Lisa	08.00 – 09.30 Mysorestyle Drop In Åsa	08.00 – 09.30 Traditionell Ashtanga Yoga Mysore style Drop-in Hans
					10.00 – 11.15 Yinyoga Drop in Liselott	10:00– 11.15 Hatha Flow 75 min Ledd klass Drop in Therese
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Regina		
					Nybörja- rin-tensiv 13.00 - 15.00	Nybörjarin- tensiv 13.00 - 15.00
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Camilla	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Maria	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Hans	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Åsa		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Liselott				

Vecka 27 Zinken

MÅNDAG 30/6	TISDAG 1/7	ONSDAG 2/7	TORSDAG 3/7	FREDAG 4/7	LÖRDAG 5/7	SÖNDAG 6/7
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06:00– 07:30 Traditionell Ashtanga Yoga Led primary Drop in Lisa	10.00 – 11.15 Ashtanga Yoga Nivå 2 Drop in Matilda	08:00- 09.30 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Viktoria
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Matilda		10:00– 11.15 Hatha Flow 75 min Ledd klass Drop in Therese
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Viktoria	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Viktoria			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Åsa		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Regina				

Vecka 28 Zinken

MÅNDAG 7/7	TISDAG 8/7	ONSDAG 9/7	TORSDAG 10/7	FREDAG 11/7	LÖRDAG 12/7	SÖNDAG 13/7
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	Mån-dag	06:00– 07:30 Traditionell Ashtanga Yoga Led primary Drop in Lisa	10.00 – 11.15 Ashtanga Yoga Nivå 2 Drop in Matilda	08:00- 09.30 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Morgan		10:00– 11.15 Hatha Flow 75 min Ledd klass Drop in Liselott
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Åsa	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Emma	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Jarinja			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Jarinja		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Liselott				

Vecka 29 Zinken Stängt

MÅNDAG 14/7	TISDAG 15/7	ONSDAG 16/7	TORSDAG 17/7	FREDAG 18/7	LÖRDAG 19/7	SÖNDAG 20/7

Vecka 30 Zinken Stängt

MÅNDAG 21/7	TISDAG 22/7	ONSDAG 23/7	TORSDAG 24/7	FREDAG 25/7	LÖRDAG 26/7	SÖNDAG 27/7

Vecka 31 Zinken

MÅNDAG 28/7	TISDAG 29/7	ONSDAG 30/7	TORSDAG 31/7	FREDAG 1/8	LÖRDAG 2/8	SÖNDAG 3/8
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Kristel 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06:00– 07:30 Traditionell Ashtanga Yoga Led primary Drop in Lisa	10.00 – 11.15 Ashtanga Yoga Nivå 2 Drop in Kristel	Mån-dag!
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Kristel		10:00– 11.15 Hatha Flow 75 min Ledd klass Drop in Regina
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Viktoria	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Kristel	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Viktoria	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Kristel			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Åsa		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Åsa				

Vecka 32 Zinken

MÅNDAG 4/8	TISDAG 5/8	ONSDAG 6/8	TORSDAG 7/8	FREDAG 8/8	LÖRDAG 9/8	SÖNDAG 10/8
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06:00– 07:30 Traditionell Ashtanga Yoga Led primary Drop in Kristel	10.00 – 11.15 Ashtanga Yoga Nivå 2 Drop in Kristel	08:00-09:30 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Kristel
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla			11.30 – 12.30 Ashtanga Nivå 1 Ledd klass Drop in Kristel		10:00– 11.15 Hatha Flow 75 min Ledd klass Drop in Regina
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Åsa	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Kristel	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Kristel	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Kristel			
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Jarinja		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Regina				

Vecka 33 Zinken

MÅNDAG 11/8	TISDAG 12/8	ONSDAG 13/8	TORSDAG 14/8	FREDAG 15/8	LÖRDAG 16/8	SÖNDAG 17/8
06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Camilla 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	06.00-08.00 Traditionell Ashtanga Yoga Mysorestyle Drop-in Lisa 08:00-09:30 Self-practice utan lärare	Stadsreatret	Stadsreatret	Stadsreatret	Stadsreatret
	11.30 – 12.30 Yin Yoga 60 min Ledd klass Drop-in Camilla					
17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Jennifer	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Viktoria	17:30 – 19:00 Ashtanga Yoga Ledd stående + Mysorestyleyoga Drop-in Jennifer				
18:00 – 19:15 Yoga för stela män Drop-in Åsa		18:00 – 19:15 Yin Yoga 75 min Ledd klass Drop-in Åsa				