

Nordisk Yoga Ugeskema på Buchwaldsgade 35, kld. - Januar til Juni 2024

TID	MANDAG		TIRSDAG		ONSDAG		TORSDAG		FREDAG	
	Hotten	Yoga sal	Hotten	Yoga sal	Hotten	Yoga sal	Hotten	Yoga sal	Hotten	Yoga sal
06.30										
06.45										
07.00										
07.15										
08.00										
08.15										
08.30										
08.45										
09.00	Kursus 24049 9.00-10.15 Hot Prana Vinyasa Yoga med Heidie									
09.15										
09.30										
09.45										
10.00										
10.15										
10.30										
10.45										
11.00	Kursus 24050 10.45-12.00 Hot Prana Yin & yogaterapi med Heidie									
11.15										
11.30										
11.45										
12.00		Kursus 24066 12.00-13.45 Yin Yoga & Meditation - Antistress og sindsro med Jette								
12.15										
12.30										
12.45										
13.00										
15.15										
15.30										
15.45										
16.00										
16.15		Kursus 24083 16.15-17.45 Yin Yoga med Maria								
16.30	Kursus 23378 16.30-17.45 Hot Blide Bevægelser & Stræk med Kristine Amalie									
16.45										
17.00										
17.15										
17.30										
17.45										
18.00	Kursus 23516 18.05-19.20 Hot Yin Yoga med Maria	Kursus 24047 18.00-19.30 Vinyasa Yoga Core Stability med Karen								
18.15										
18.30										
18.45										
19.00										
19.15										
19.30										
19.45	Kursus 24048 19.45-21.00 Hot Vinyasa Yoga - øvede med Karen Margrethe	Kursus 24045 19.45-21.00 Vinyasa Yoga med Ida								
20.00										
20.15										
20.30										
20.45										
21.00										
21.15										

NB: Skemaet er vejledende - se altid den opdaterede ugeplan på www.nordiskyoga.dk eller via vores app! [opd. 19/1/24]