



Medicinsk yoga

YOGA FÖR ALLA

HÖSTENS SCHEMA 2011 Du bör ha gått Grundkursen för att kunna delta i fortsättningsgrupperna. Grundkursen passar alla!

Kurser	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Prova-på	Info	Pris
Rygg/Rehab Yoga, långsam, Oasen	11.00-12.15				drop-in i mån av plats 185 kr	1 ggr/v v 35-49 12 ggr	1 980 kr
Förmiddagsyoga, fortsättn. Hälsa & Balans Oasen		08.30-09.45			drop-in i mån av plats 185 kr	1 ggr/v v 35-49 12 ggr	1 980 kr
Grundkurs, Oasen "Verktyg för självläkning"		10.00-11.15				1 ggr/v start v35 inkl material 6 ggr	1 575 kr
Kvällsyoga, fortsättn. vid Sophiahemmet*	18.15-19.30					1 ggr/v v 35-49 12 ggr	1 980 kr
Kvällsyoga, medel. Fortsättn, Oasen				19.15-20.15	drop-in i mån av plats 185 kr	1 ggr/v v 35-49 12 ggr	1 980 kr

Instruktör

Ia Kallin diplomerad Medicinsk Yoga instruktör, IMY, Stockholm

Anmälan

Ia Kallin Medicinsk yoga instruktör, mobil 0736-50 39 20

*Maria Sjöberg, Capio Arthro Clinic, maria.sjoberg@capio.se eller 0739-45 07 56

Adresser

Oasen. Gudmundvägen 7, Djursholms torg,
Capio Arthro Clinic vid Sophiahemmet. Plan 3 i Hus O

Missat pass på Oasen går att ta igen, föransmälan krävs.

Drop-in endast för dig som gått Grundkursen.