

Kursschema VT2023

Alla kurser är "öppna" vilket innebär att det går bra att börja mitt i en termin

måndag	tisdag	onsdag	torsdag	fredag	lördag	söndag
					Hatha flow Linda 09.30-10.45	
	Medicinsk Yoga Jeanette 10.00-11.15	Senior yoga Jeanette 10.00-11.30	Ashtanga Yoga Alla nivåer Anna 18.15-19.45	Hatha yoga Jeanette 10.00-11.00		
Hatha Yoga grundkurs Jeanette 17.30-18.45			Yin yoga Jeanette 18.30-19.45			Core yoga Jeanette 17.00-18.15
Hatha yoga fortsättning Jeanette 19.00-20.30	Ashtanga yoga nivå 1+2 Marina 18.15-19.45 Yin Yoga Jeanette 20.00-21.15	Hatha yoga Nivå 1+2 19.00-20.30	Core yoga Jeanette 19.50-21.05			



Tel 08-560 333 99 -
www.mfcenter.se