

## Drop in-klasser i Stora Salen

Boka din plats på studiokarma/schema eller via Bokningsappen

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
			Vinyasayoga Sofia 06.00-07.00			
	Medicinsk yoga* Johanna 10.30-11.45	Yoga med Stol* Linn 10.00-11.00	Lunchyoga* Lisa 12.05-12.55	Mindful Yinyoga* Tanja 11.00-12.00	Mindful Yinyoga Solveig 10.30-12.00	Familjeyoga Agnetha 10.00-11.00 Utvalda veckor
		Viryayoga* Linn 11.30-12.45	Yoga Nidra* Lisa 13.00-13.30	Klang- & Gongmeditation* Tanja 12.05-12.30	Öppen Yogasal utan lärare 12.15-13.45	
Medicinsk yoga Johanna 17.00-18.15		Kostnadsfri Intro till Yoga 8/11 18.30-19.45	Gratis Tonårsyoga 13-19 år Angelica 16.30-17.30 Vecka 39-42 & 45-48	Kundaliniyoga med Mantran Johanna 16.30-18.00 Utvalda veckor		
Bollywoodans Camilla 18.45-19.45	Vinyoga med Pranayama Christel 17.15-18.15	Vinyoga med Klang Tanja 17.00-18.15	Mjuk Vinyasayoga Jennie 17.45-19.00			Vinyasayoga Sofia 17.00-18.30
Vinyasayoga Sofia 20.00-21.15	Temaklass Angelica 19.00-21.00 se studiokarma.se/tema	YogaStark Paula 19.00-20.30	Vinyasayoga (ej för nybörjare) Jennie 19.15-20.45			

Lugn klass
  Medelklass
  Dynamisk klass
  Specialklass \*Dagklass

Välkommen på spännande workshops i olika ämen se studiokarma.se/kalendarium

## Fokuskurser i Lilla Salen

Nyhet

Fokuskurserna ingår i årskortet YogaMera samt YogaTermin, men bokning krävs.

Kan även köpas separat. För mer info och anmälan se studiokarma.se/fokus

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Lär dig Meditera Solveig 15.30-16.45	Barnyoga 4-7 år Agnetha 16.30-17.00					
Sov Gott Solveig 17.15-18.30	Barnyoga 8-12 år Agnetha 17.15-18.15		Yoga för Skeptiker Lisa 17.45-19.00			
Intro till Yoga för Män Christel 20.00-21.30	Yoga för Ryggen Christel 18.45-20.15	Yoga för Hormonbalans Tanja 18.45-20.15	Gravidyoga Erinn 19.15-20.45			

Kursstarter vecka 41 och 47