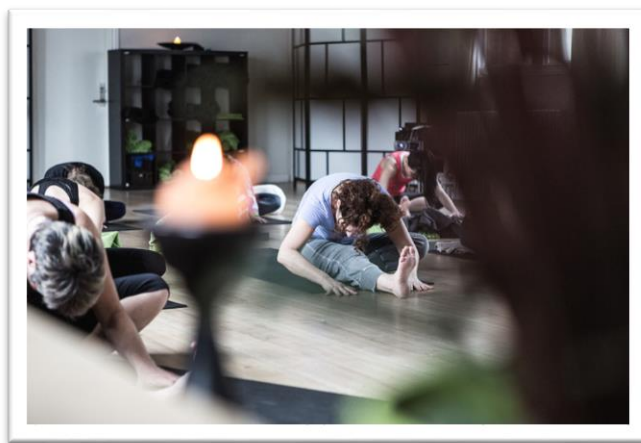


Scala Yoga

februar 2017



Mandag:

Kl. 7.45 – 9.00

Kl. 19.00 – 20.00

hold:

Morgen Yin

Vinyasa

Yogalærer:

Christine Lucia Gerrild *start 13/2*

Masum Didriksen

Tirsdag:

Kl. 9.00 – 10.15

Kl. 17.00 – 18.15

Yin Yoga

Indisk Hatha/ teknik

Hanne Loop

Masum Didriksen

Onsdag:

Kl. 9.05 – 10.05

Kl. 18.00 – 19.15

yoga Nidra

Blid yoga/ Yin yoga

Masum Didriksen

hver 3. uge Trine Elmshøj/Jeanie Sangill

Trine har blid yoga 22/2 – 22/3 – 12/4 – 10/5 – 7/6 alle andre onsdage Yin med Jeanie Sangill

Torsdag:

Kl. 20.00 – 21.15

Astanga /Vinyasa yoga

Masum Didriksen

Fredag:

Kl. 10.00 – 11.15

Blid yoga

Malene Skovlund/ Masum Didriksen

Malene start 3/2 og har ulige uger + Masum stat 10/2 og har lige uger

Lørdag:

Kl. 10.15 – 11.30

Kl. 11.45 – 13.00

Yoga for sportsudøvere

Mindfull yoga Karen Rørbæk/ Masum Didriksen

Karen Rørbæk/ Masum Didriksen

Holdet starter 11/2 med Masum der har lige uger / Karen starter 18/2 og har ulige uger

Søndag:

Kl. 10.00 – 11.15 Yin Yoga

Kl. 11.30 – 12.45 Yin yoga

Malene Skovlund/ Jeannie Hansson

Jeanie Sangill / Jeannie Hansson

Malene Skovlund hold kl. 10.00 – 11.15 i lige uger – Jeanie Sangill hold 11.30 – 12.45 i lige uger

Jeannie Hansson har begge hold i ulige uger