

SCHEMA VT 2012

LULEÅ YOGA CENTRUM

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
			06-08:00 Sadhana Kundalini Fortsättning Marlene *	08-09:00 Kundalini Nybörjare/ Fortsättning Marlene *		
	11:45-12:45 Meditation Nyb/Forts Marlene	11:45-12:45 Rehab Nybörjare/ Fortsättning Marlene	11.45-12.45 Kundalini Nybörjare Malin	11:45-12:45 Ashtanga Nyb/Forts Helena		
16-17:15 Kundalini Fortsättning	16-18:00 Ledd Stående/ Egen avslutning Annica	16-17:15 Kundalini Nybörjare enl. din kroppstyp i Ayurveda Start 25:e januari Marlene **	16-17.15 Ashtanga Nybörjarint ensiv Start 26:e januari Helena			15-16:15 Kundalini Nybörjar kurs 8v. Start 19:e Marlene
17:30-19:00 Ashtanga Ledd stående/Egen avslutning Helena	18:30-19:45 Kundalini Fortsättning Anna	17:30-18.45 Kundalini Fortsättning Marlene	17:30-19:30 Ashtanga Ledd stående/Egen avslutning Helena	16:45-18:45 Ashtanga Ledd stående/Egen avslutning Helena		16:30-17:45 Kundalini Fortsättning Marlene
19:15-20:30 Ashtanga Nybörjarinten siv Start 23:e januari Helena		19-21:00 Ashtanga Ledd stående/Egen avslutning Helena	19:30-21:30 Kundalini för killar. Nybörjare. from 2:a februari Terese	19-20:00 Kundalini för Ungdomar. Nybörjare. 10v Start 3:e februari Terese *		18-20:00 Ashtanga Ledd stående/ Egen avslutning Helena

*V.g se veckans schema innan klass tack

**Kursen är öppen för både nybörjare och fortsättningselever som vill fördupa sin kunskap om yoga och ayurveda. Ta reda på vilken kroppstyp du har och hur du kan anpassa din yogapractice.

Priser:

Terminskort vt 3.000kr, gäller tom 31/5 OBS! Erbjudande 2.800kr from 1/1-10/2.

Terminskort arbetslösa/heltidsstudent/heltidssjukskriven 1.000kr.

Årskort 5.500kr, i årskort ingår alla ordinarie klasser på schemat, även introduktionshelger.

Årskort arbetslösa/heltidsstudent/heltidssjukskriven 2.000kr.

Sommarpass 950kr (ingår för årskort) from 1/6-26/8.

Lunch/morgonpass 10gr 1.000kr

5-kort 650kr

10-kort 1.250kr

15-kort 1.650kr

Intensivkurs 2ggr/v Ashtanga 1.650kr (=20ggr), vill du fortsätta kostar det 650kr för 5-kompletterande veckor (=10ggr) gäller endast dig som är nybörjare övriga betalar ordinarie priser.

Du är alltid välkommen att meditera en stund innan eller efter klassen eller bara ligga ner en stund.
Hjärtligt välkommen!