

## KURSER HT23

### INTRODUKTIONS HELG

12 aug - 13 aug kl.9.00-12.00 MB 2x3tim 650 kr

### INTRODUKTIONS KURS

|       |             |     |            |         |           |        |
|-------|-------------|-----|------------|---------|-----------|--------|
| Månd  | 18.00-19.15 | IE  | 31/7-14/8  |         | 3x1.25tim | 400 kr |
| Tisd  | 18.00-19.15 | FL  | 12/9-17/10 |         | 6x1.25tim | 750 kr |
| Onsd  | 17.45-19.00 | BAW | 13/9-18/10 |         | 6x1.25tim | 750 kr |
| Torsd | 19.45-21.00 | KS  | 21/9-19/10 | ej v.41 | 4x1.25tim | 500 kr |
| Sönd  | 16.30-17.45 | IE  | 1/10-22/10 |         | 4x1.25tim | 500 kr |

### Nivå 1

|      |             |    |            |         |          |          |
|------|-------------|----|------------|---------|----------|----------|
| Månd | 18.30-20.00 | KH | 21/8-16/10 |         | 9x1.5tim | 1 575 kr |
| Tisd | 17.30-19.00 | IE | 22/8-17/10 |         | 9x1.5tim | 1 575 kr |
| Onsd | 10.00-11.30 | IE | 22/8-18/10 | Lättare | 9x1.5tim | 1 575 kr |
| Onsd | 17.45-19.15 | KS | 23/8-18/10 |         | 9x1.5tim | 1 575 kr |
| Onsd | 19.30-21.00 | ME | 23/8-18/10 |         | 9x1.5tim | 1 575 kr |
| Sönd | 16.00-17.30 | MB | 27/8-22/10 |         | 9x1.5tim | 1 575 kr |

### NIVÅ 1-2

|      |             |    |            |  |           |          |
|------|-------------|----|------------|--|-----------|----------|
| Månd | 17.30-19.15 | IE | 21/8-16/10 |  | 9x1.75tim | 1 845 kr |
| Månd | 19.30-21.15 | LA | 21/8-16/10 |  | 9x1.75tim | 1 845 kr |
| Onsd | 19.30-21.15 | IE | 23/8-18/10 |  | 9x1.75tim | 1 845 kr |

### NIVÅ 2

|       |             |    |            |  |        |          |
|-------|-------------|----|------------|--|--------|----------|
| Tisd  | 19.15-21.15 | IE | 22/8-17/10 |  | 9x2tim | 2 025 kr |
| Torsd | 17.30-19.30 | IE | 24/8-19/10 |  | 9x2tim | 2 025 kr |
| Sönd  | 18.00-20.00 | IE | 27/8-22/10 |  | 9x2tim | 2 025 kr |

### Drop in - öppen nivå passar alla

|      |             |    |            |                      |         |          |            |
|------|-------------|----|------------|----------------------|---------|----------|------------|
| Fred | 17.30-19.00 | FL | 25/8-20/10 | Föränmäl: 0704419141 | ej v.38 | 8x1.5tim | 140kr/gång |
| Lörd | 10.00-11.45 |    | 26/8-21/10 |                      | ej v.38 | 8x1.5tim | 200kr/gång |

### Lunch yoga - öppen nivå

|      |             |    |            |                      |  |        |            |
|------|-------------|----|------------|----------------------|--|--------|------------|
| Onsd | 12.00-13.00 | IE | 22/8-18/10 | Föränmäl: 0704419141 |  | 9x1tim | 150kr/gång |
|------|-------------|----|------------|----------------------|--|--------|------------|

### Yoga för män

|      |             |    |            |  |  |          |          |
|------|-------------|----|------------|--|--|----------|----------|
| Sönd | 18:00-19.30 | MB | 27/8-22/10 |  |  | 9x1.5tim | 1 575 kr |
|------|-------------|----|------------|--|--|----------|----------|

### KLIPPKORT: giltigt i 6 månader, går du redan en kurs får du 30% rabatt

|                       |                        |                         |
|-----------------------|------------------------|-------------------------|
| 1 x 1.5 tim = 220 kr  | 5 x 1.5 tim = 1050 kr  | 10 x 1.5 tim = 2100 kr  |
| 1 x 1.75 tim = 250 kr | 5 x 1.75 tim = 1200 kr | 10 x 1.75 tim = 2400 kr |
| 1 x 2 tim = 280 kr    | 5 x 2 tim = 1350 kr    | 10 x 2 tim = 2700 kr    |

Yoga hur mycket du vill 21/8-22/10: 3750kr

**BRA ATT VETA:** Kursavgiften betalas in på BG:241-0603, Swish:123 452 0219 el kontant, en vecka

innan kursstart. Om du går två kurser/vecka drar du av 25% av den billigaste kursen.

Pensionärer, studenter och ensamstående = 15% rabatt. Sjukskrivna och under 26 år = 20% rabatt

OBS! Endast en av rabatterna kany nyttjas, gäller ej på klippkort

Våra lärare: IE: Ingrid Engström, LA: Lisa Arnborg, ME: Maria Edström, KH: Katarina Harrysson

LA: Lisa Arnborg, KS: Klara Sjögren, MB: Mathias Bengtsson

Lärarkandidater: FL: Fanny Lefebvre, BA: Bianca Amaruso Wennerby

För mer information om kurser, mini workshops, helgkurser och utbildningar

[www.iyengaryogacenter.se](http://www.iyengaryogacenter.se)

Ingrid Engström 0704 419141