

KURSER HT25

Intro / Nybörjare

Månd	17.30-18.45	MaB	8/9-13/10	6x1.15tim	850 kr
Tisd	18.00-19.15	KH	9/9-14/10	6x1.15tim	850 kr
Onsd	17.30-18.45	ME	10/9-15/10	6x1.15tim	850 kr

Nivå 1

Månd	11.00-12.30	BAW	1/9-13/10	Lättare	7x1.5tim	1 330 kr
Månd	19.30-21.00	IE	1/9-13/10		8x1.5tim	1 520 kr
Tisd	11.00-12.30	ME	26/8-14/10	Lättare	8x1.5tim	1 520 kr
Tisd	17.30-19.00	IE	26/8-14/10		8x1.5tim	1 520 kr
Onsd	10.00-11.30	IE	27/8-15/10	Lättare	8x1.5tim	1 520 kr
Onsd	17.45-19.15	KS	27/8-15/10		8x1.5tim	1 520 kr
Onsd	19.00-20.30	ME	27/8-15/10		8x1.5tim	1 520 kr
Torsd	18.00-19.30	BAW	28/8-16/10		8x1.5tim	1 520 kr
Sönd	18.00-19.30	FL	31/8-19/10		8x1.5tim	1 520 kr

NIVÅ 1-2

Månd	17.30-19.15	IE	25/8-13/10	8x1.75tim	1 760 kr
Månd	19.30-21.15	LA	25/8-13/10	8x1.75tim	1 760 kr
Onsd	19.30-21.15	IE	27/8-15/10	8x1.75tim	1 760 kr
Sönd	16.00-17.45	IE	31/8-19/10	8x1.75tim	1 760 kr

NIVÅ 2

Tisd	19.15-21.15	IE	26/8-14/10	8x2tim	1 920 kr
Torsd	17.30-19.30	IE	28/8-16/10	8x2tim	1 920 kr
Sönd	18.00-20.00	IE	31/8-19/10	8x2tim	1 920 kr

Nivå 3

Torsd	09.00-11.00	IE	28/8-16/10	8x2tim	1 920 kr
-------	-------------	----	------------	--------	----------

Öppen Nivå

Månd	11.45-12.45	IE	22/9-13/10	on-line	4x1tim	400 kr
Onsd	06.45-07.45	ME	17/9-15/10		5x1tim	750 kr
Onsd	11.45-12.45	LE	10/9-15/10		6x1tim	600 kr

KLIPPKORT: Giltigt i 6 månader

	drop in	5-kort	10-kort
1.5 tim	235 kr	1 150 kr	2 200 kr
1.75 tim	265 kr	1 300 kr	2 500 kr
2 tim	305 kr	1 450 kr	2 800 kr

Är det första gången du är hos oss och vill prova en klass? Då kostar klassen 150kr

BRA ATT VETA: Kursavgiften betalas in på BG 241-0603 eller swish 123 452 0219 en vecka innan kursstart. Vill du träna 2ggr/v drar du av 30% av den billigaste kursen

Pensionärer, studenter och ensamstående (med barn hemma)=15% rabatt. Sjukskrivna och under 26år=20%rabatt. OBS! Endast en av rabatterna kan nyttjas

Lärare: IE: Ingrid Engström. LA: Lisa Arnborg, KL: Klara Sjögren, ME: Maria Edström

FL: Fanny Lefebvre, KH: Katarina Harrysson, BAW: Bianca Amoruso Wennerby, MaB: Malin Bengtsson

Lärarkandidat: Lovisa Ehrenborg

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

www.iyengaryogacenter.se

Yoga för mindre problem: Ingrid och Bianca kommer under hösten att erbjuda två kortare kurser på söndagar kl.10.00-11.30 med fokus på hur man kan göra när man har tex ont i ett knä eller nacke/övra delen av ryggen. Hur man anpassar ställningarna så att man ändå kan vara med på klass. Båda dessa kurser kommer att vara på 3 tillfällen vardera.

Knä problem i oktober och nacke/övra rygg i nov. Vid intresse ring eller maila Ingrid