

GROW YOGA

NURTURE YOUR BODY AND SOUL

HOLD SKEMA

HOLDSKEMA pr. 1. marts 2020

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
				Kl. 7.30-8.30 Hatha Flow		Kl. 8.00-9.15 Vinyasa Strength
						Kl. 9.30-10.45 Yin
Kl. 16.30-17.45 Hatha Flow		Kl. 17.00-18.15 Vinyasa	Kl. 17.30-18.45 Vinyasa			Retreat Eller Workshops Den Første Søndag Hver Måned
Kl. 18.00-19.15 Yin	Kl. 18.30-19.45 Hatha/Yin	Kl. 18.30-19.45 Yin	Kl. 19.00-20.15 Yin/Restorative			

SKULLE DU HAVE BRUG FOR AT RINGE ELLER SKRIVE TIL OS MED SPØRGSMAAL, ER DU MEGET VELKOMMEN.

MAIL: HEYGROWYOGA@GMAIL.COM

TLF: 31 70 57 81 – PERNILLE RAMM

VI BOR: NIVÅGAARD, GL. STRANDVEJ 22C, 1 SAL TV (PÅ DEN GRÅ GÅRD – IKKE MUSEET)