ADDROOM YOGA, ÖPPET HUS-VECKA, 7 - 13 JANUARI

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
Morgon			**Kl 07.30–08.30** Energi-pass inför dagen. Margaretha Haryana		**Kl 07.30–08.30** Energi-pass inför dagen. Margaretha Haryana	**ÖPPET HUS KL 9.00–18.00**	
Fm.		Kl 10–11.15 Mediyoga, baspass Hans Ekelund				Kl 10–11.30 Pröva Kundalini yoga	
Lunch	**Kl 12–13.00** Restorative yoga Carina O' Rourke		**Kl 12–13.00** Yin Yoga Margaretha Haryana		**Kl 12–13.00** Soft Hatha Carina O' Rourke	Kl 12–13.00 Pröva yinyoga	
Tidig em.			**Kl 16–17.00** Soft Movements Margaretha Haryana	Kl 14–15.15 Yoga på stol Gudrun Jacobsson		Kl 13.30–15.00 Pröva Mediyoga	
Sen em.		**Kl 17.30–18.45** Hatha Yoga Carina O' Rourke	**Kl 17.30–19.00** Kundalini yoga Margaretha Haryana	Kl 17.30–19.00 Mediyoga, nybörjare Hans Ekelund		Kl 15.30–17.00 Pröva rygg yoga	KL 17–18.30 GUIDAD MEDITATION
Kväll		**Kl 19.15–20.30** Restorative Yoga Carina O' Rourke		**Kl 19.30–20.45** Medi- & yin yoga Margaretha Haryana			