

INTERNATIONELLA

YOGADAGEN

Gratis yoga i Vasaparken - 21 juni.

SCHEMA 21 juni 2018

15.00	Barnyoga	17.20	Sångyoga/rehab
15.20	Paryoga	17.40	Seasonal Yoga
15.45	Ashtanga	18.05	Acroyoga
16.05	Rotationer & bakåtböjningar	18.30	Yin
16.20	Pranayama/andning	18.45	Guidad meditation
16.35	Mediyoga	19.00	Gong
16.45	Kirtan Kriya - meditation	19.20	Strala yoga
17.00	Kraft nerifrån - Lätthet uppåt	19.40	Yoga Mix

