



## YOGA Våren 2024

Varmt välkommen att komma på Yoga hos Blixthälsa och ge dej själv återhämtning, hitta andningen och lugnet som yogan ger. Du får sköna rörlighetsövningar och du utgår från egen förmåga. Grupperna passar både för nybörjare och redan vana yogautövare.

Dag	Tid	Pass	Antal ggr	Start	Pris
Måndag	18.30 - 20.00	Medi Yoga	10	V. 5 - 29/1 Start	1 500 kr
Obs! Måndag 29/1 även " Provpågång" 100 kr (extra gång, ingår för de som ska gå hela kursen)					
Måndag	20.15 - 22.00	Ashtanga Yoga	3 ggr 105 min/gång	V. 9, 12, 15 26/2 Start	800 kr
Onsdag	18.00 - 19.30	Funktionell Yoga	3 ggr	V. 7, 9, 10	700 kr
Onsdag	20.00 -	Boys Yoga	3 ggr	V. 11, 12, 14 13/3 Start	700 kr
Fredag	7.00 - 8.00	MorgonYoga	3 ggr	V. 15, 16, 17	700 kr

Anmäl dej till [info@blixthalsa.se](mailto:info@blixthalsa.se) eller på SMS till 070-7726260.

Du betalar på plats med Swish eller Bg första tillfället.

Varmt Välkommen till Fregatten, Industrigatan 10, Vänersborg.

NAMASTE Annika 😊