



YOGA Hösten 2025

Varmt välkommen att komma på Yoga hos Blixthälsa för återhämtning, rörlighet, styrka samt hitta och utveckla Din andning och hitta lugnet som yogan ger. Du får guidning i sköna övningar/positioner och utgår från egen förmåga. Grupperna passar både för nybörjare och redan vana yogautövare.

Dag	Tid	Pass	Antal ggr	Start	Pris
Måndag	kl 18.30 - 20.00	Medicinsk Yoga	10 ggr 90 min/gång	V 38 15/9	1600 kr

Drop-in eller Prova På 200 kr / tillfälle

Måndag	kl 20.15 – 22.00	Ashtanga Yoga	Nybörjare/Repetition Hela Chikitzaserien	V40 29/9	200 kr
---------------	------------------	---------------	---	----------	--------

Fortsättningskurs V 43 – V 46 – V 49 samma tid

Fredag	kl 7.00-8.00	MorgonYoga	3 ggr	v 40,41.43	700 kr
---------------	--------------	------------	-------	------------	--------

Även drop-in 200 kr

Är du/Ni intresserade av Personlig Yogakonsultation eller vill boka ett Inspirationspass eller en Workshop för arbetsplatsen, föreningen, kompisgänget eller festen. Hör av dej på telefon, SMS eller mejl!

Anmäl dej till 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 😊