

Motzfeldtsgate 26 (Grønland/Tøyen)

Med forbehold om endringer. Se nettsidene for oppdateringer

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Lørdag	Søndag
	Yoga & meditasjon III • 03.02-26.05 (16x) kl 11 – 13 Pris: 2800,- Lærer: Amrit		Yoga & meditasjon I • 29.01 – 19.03 (8x) • 26.03 – 28.05 (8x) kl 11 – 12.30 Pris: 1400,- Lærer: Josefine		Weekendyoga Pris: 200,- pr dag. Yoga & meditasjon åpent for alle trinn Lør & søn kl 11 – 13 10-11.01 L: Sigrun 17-18.01 L: Ida 24-25.01 L: Sigrun 31.01-01.02 L: Gisle 07-08.02 L: Amrit 14-15.02 L: Moksha 21-22.02 L: Josefine 28.02-01.03 L: Gisle 07-08.03 L: Sigrun 14-15.03 L: Amrit 21-22.03 L: Gisle Chakra-kurs Pris 300,- pr dag for trinn II og III Lørdag kl 14 – 16.30 07.03 L: Moksha 18.04 L: Moksha 09.05 L: Moksha
Yoga & meditasjon II • 02.02 – 25.05 (15x) kl 17 – 18.45 Pris: 2625,- Lærer: Moksha	Yoga for gravide • 03.02 – 24.03 (8x) • 31.03 – 26.05 (8x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga & meditasjon II • 04.02 – 27.05 (16x) kl 17 – 18.45 Pris: 2800,- Lærer: Amrit	Yoga & meditasjon I • 05.02 – 19.03 (7x) • 26.03 – 28.05 (8x) kl 17 – 18.30 Pris: 1225,- /1400,- Lærer: Moksha		
Dynamisk yoga I • 02.02 – 16.03 (7x) • 23.03 – 25.05 (8x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1225,- /1400,- Lærer: Moksha	Yoga & meditasjon I • 03.02 – 24.03 (8x) • 31.03 – 26.05 (8x) kl 19 – 20.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga for gravide • 04.02 – 25.03 (8x) • 01.04 – 27.05 (8x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1400,- Lærer: Josefine	Yoga & meditasjon III • 29.01 – 28.05 (15x) kl 19 – 21 Pris: 2625,- Lærer: Moksha		

Moksha er Thomas sitt yoganavn

Hva slags yoga • Kurstyper • Hvor i Oslo • Lærerne • Påmelding: se nettsidene Yogakurs.no

Fleksibel ordning

Når du er påmeldt et kurs, betaler du for det antall ganger som kurset går. Du kan velge å disponere kursgangene som du vil mellom de tilsvarende kursene. Når du kommer på et kurs hvor du ikke står oppført, må du vente med å gå inn til du ser at det er ledig plass. Ordningen slutter når kurset du er påmeldt er slutt.

Drop-in

Når du er påmeldt et kurs, kan du ta ekstra drop-in klasser når som helst. Du må vente med å gå inn til klassen begynner så du vet om det er ledig plass. Pris: 100,- kontant.

«Tren så mye du vil»

Tilbud til alle som har vært på kurs tidligere: Tren så mye du vil for 500,- ekstra, se betingelsene på nettsidene.

Yogaferie i Telemark 2009

Yogaferie I 20-27 juni
 Yogaferie I 8-15 august
 Yogaferie II 28 juni - 7 juli
 Foto og info på Yogakurs.no



Mølleparken 2 B (Grünerløkka)

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Yoga & meditasjon I • 26.01 – 16.03 (8x) • 23.03 – 25.05 (8x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Dynamisk yoga II • 03.02 – 24.03 (8x) • 31.03 – 26.05 (8x) kl 17 – 18.45 Pris: 1400,- Lærer: Moksha	Ekstra lett yoga • 04.02 – 25.03 (8x) • 01.04 – 27.05 (8x) kl 11-12.30 Pris: 1400,- Lærer: Ida	Yoga for gravide • 29.01 – 19.03 (8x) • 26.03 – 28.05 (8x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Etterfødsels-yoga – for mor og barn • 27.2 – 3.4 (6x) kl 13 – 14.30 Pris: 1200,- lærer: Ida	Weekendyoga Pris: 200,- pr dag. Yoga & meditasjon åpent for alle trinn Lør & søn kl 11 – 13 28-29.03 L: Moksha 18-19.04 L: Ida 25-26.04 L: Josefine 02-03.05 L: Sigrun 09-10.05 L: Gisle 23-24.05 L: Josefine	
Yoga & meditasjon III • 26.01 – 25.05 (16x) kl 19 – 21 Pris: 2800,- Lærer: Amrit	Ekstra lett yoga • 03.02 – 24.03 (8x) • 31.03 – 26.05 (8x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1400,- lærer: Moksha	Etterfødsels-yoga – for mor og barn • 04.02 – 25.03 (8x) • 01.04 – 27.05 (8x) kl 13 – 14.30 Pris: 1600,- lærer: Ida	Yoga for gravide • 20.04 – 25.05 (6x) kl 19 – 21 Pris: 1400,- Lærer: Josefine	Yoga for gravide • 06.02 – 06.03 (5x) • 13.03 – 17.04 (5x) • 24.04 – 29.05 (5x) kl 17 – 19 Pris: 1200,- Lærer: Ida	Tarmskylning • Lørdag 14.02 • Lørdag 21.03 kl 9 – ca 14. Pris: 600,-	
		Dynamisk yoga I • 04.02 – 25.03 (8x) • 01.04 – 27.05 (8x) kl 19 – 20.30 Pris: 1400,- Lærer: Moksha	Yoga & meditasjon II • 29.01 – 19.03 (8x) • 26.03 – 28.05 (8x) kl 19 – 20.45 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga for gravide • 06.02 – 06.03 (5x) • 13.03 – 17.04 (5x) • 24.04 – 29.05 (5x) kl 17 – 19 Pris: 1200,- Lærer: Ida	Infotime om tarmskylning Tors 5.2 kl 15.30 – 16.30 Ons 11.3 kl 17 – 18 Pris: 150,-	

Obligatorisk ved første gangs tarmskylning. Les på nettsidene om tarmskylning.