

Yogarom I 1. etg. inng. fra Motzfeldtsgate 26

Mandag	Tirsdag	Onsdag
	Yoga & meditasjon III • 02.02-25.05 (16x) kl 11 – 13 Pris: 2800,- Lærer: Amrit	Ingen undervisning i uke 13 (påskeuken) og 14. mai (Kr. him- melfartshelgen)
Dynamisk Yoga I • 01.02-22.03 (8x) • 12.04-10.05 (5x) Pris: 1400,-/875,- kl 17-18.30 Lærer: Gisle	Yoga for gravide • 02.02 – 23.03 (8x) • 06.04 – 25.05 (8x) kl 17-18.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga & meditasjon I • 03.02 – 24.03 (8x) • 07.04 – 26.05 (8x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,- Lærer: Moksha
Yoga & meditasjon I • 01.02-22.03 (8x) • 12.04-10.05 (5x) kl 19 – 20.30 Pris: 1400,-/875,- Lærer: Gisle	Yoga & meditasjon II • 02.02 – 23.03 (8x) • 06.04 – 25.05 (8x) kl 19 – 20.30 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga & meditasjon III • 03.02 – 24.03 (8x) • 07.04 – 26.05 (8x) kl 19 – 21 Pris: 1400,- Lærer: Moksha
		Ekstra lett yoga • 04.02 – 25.03 (8x) • 08.04 – 27.05 (7x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1400,-/1225,- Lærer: Moksha

Yoga & meditasjon I

• 04.02 – 25.03 (8x)
 • 08.04 – 27.05 (7x)
 kl 11-12.30
 Pris: 1400,- /1225,-
 Lærer: Ida

Yoga for gravide

• 12.02 – 19.03 (6x)
 • 16.04 – 27.05 (6x)
 kl 13-15.30
 Pris: 1400,-
 Lærer: Ida

Yoga & meditasjon II

• 04.02 – 25.03 (8x)
 • 08.04 – 27.05 (7x)
 kl 17 – 18.45
 Pris: 1400,-/1225,-
 Lærer: Moksha

Lørdag Søndag

Weekendyoga

Pris: 200,- pr dag.

Yoga & meditasjon

åpent for alle trinn
 Lør & søn kl 11 – 13

23- 24.01 L: Gisle
 30 -31. 01 L: Moksha
 20-21.03 L: Sigrun
 27-28.03 L: Gisle
 29-30.05 L: Moksha

Chakra-kurs

Pris 300,-
 for trinn II og III
 Lørdag 24.04
 kl 14 – 16.30
 L: Moksha

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

Yogaferie i Telemark 2010

Yogaferie I 03 - 10 Juli
 Yogaferie II 10 - 17 Juli

Foto og info på Yogakurs.no

Med forbehold om endringer
 Se nettsidene for oppdateringer



Mandag

Etterfødsels-yoga - for mor og barn

• 01.02-22.03 (8x)
 • 12.04-10.05 (5x)
 kl 11 – 12.30
 Pris: 1600,-/1000,-
 lærer: Sigrun

Onsdag

Ekstra lett yoga

• 03.02 – 24.03 (8x)
 • 07.04 – 26.05 (8x)
 kl 11-12.30
 Pris: 1400,-
 Lærer: Sigrun

Etterfødsels-yoga - for mor og barn

• 03.02 – 24.03 (8x)
 • 07.04 – 26.05 (8x)
 kl 13 – 14.30
 Pris: 1600,-
 lærer: Sigrun

Yogarom II 2.etg.Motzfeldtsgt 26, inng fra bakgård (Herslebsgt)

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag
Yoga & meditasjon I • 01.02-22.03 (8x) • 12.04-10.05 (5x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,-/875,- Lærer: Amrit	Dynamisk yoga II • 02.02 – 23.03 (8x) • 06.04 – 25.05 (8x) kl 17 – 18.45 Pris: 1400,- Lærer: Moksha	Yoga & meditasjon II • 03.02 – 26.05 (16 x) kl 17-18.45 Pris: 2800,- Lærer: Amrit	Yoga for gravide • 04.02 – 25.03 (8x) • 08.04 – 27.05 (7x) kl 17 – 18.30 Pris: 1400,-/1225,- Lærer: Sigrun
Yoga & meditasjon III • 01.02 – 10.05 (13x) kl 19 – 21 Pris: 2275,- Lærer: Amrit	Dynamisk Yoga I • 02.02 – 23.03 (8x) • 06.04 – 25.05 (8x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1400,- lærer: Moksha	Yoga for gravide • 03.02 – 24.03 (8x) • 07.04 – 26.05 (8x) kl 19.15 – 20.45 Pris: 1400,- Lærer: Amrit	Yoga & meditasjon I • 04.02 – 25.03 (8x) • 08.04 – 27.05 (7x) kl 19 – 20.30 Pris: 1400,-/1225,- Lærer: Sigrun

Sporveisgata 29

(Bislett /Majorsstua)

Mandag

Yoga for gravide

• 01.02-22.03 (8x)
 kl 17 – 18.30
 • 12.04-10.05 (5x2t)
 kl 17 – 19
 Pris: 1400,-/1200,-
 Lærer: Sigrun

Yoga for gravide

• 01.02-22.03 (8x)
 kl 19 – 20.30
 • 12.04-10.05 (5x2t)
 kl 19.30 – 21.30
 Pris: 1400,-/1200,-
 Lærer: Sigrun