

TERVEZD VELÜNK A HETET

ÓRAREND

Hétfő

09:00 Illat Eszenciás
középhaladó hatha jóga
Panarom/Doterra
illóolajokkal (Livi)
15:15 Tini jóga (Nóra)
18:00 Haladó Hatha
Jóga (Lilla)

Kedd

18:00 Tematikus
YIN Jóga - Páros
Oktatós
(Detti&Tomi)

Szerda

09:00 Baba Mama
jóga Kisbabákkal (Livi)
18:30 Gerincterápiás
Jóga (Lilla)

Csütörtök

10:00 International
Yoga (in English)
14:00 Kismama jóga
(Livi)
18:00 Ashtanga I.
Páros Oktatós
(Detti&Tomi)

Péntek

09:00 Könnyű flow
(Detti)
19:00 Stresszoldó
flow, jóga nidrával
60 perces (Lilla)

Szombat

09:00 Ashtanga
Mysore
(Melinda)

Vasárnap

08:30 Csakra
harmonizáló hatha
(Szilvi)
10:30 Női egyensúly
megteremtése (Szilvi)
10:30 Power jóga
(Melinda)



Bejelentkezés:
www.devayoga.hu