



MediYoga – I Am yoga

I Ornö bygdegård våren 2024

Lördagen 18/5 kl 9.45 - ca 11.00

Söndagen 9/6 kl 9.45 – ca 11.00

I Ornö bygdegård sommaren 2024

Lördagar från och med 29 juni till och med 17 augusti

kl 9.45 - ca 11.00

Kom och prova yoga en stund! Du behöver inte kunna någonting om yoga för att yoga med mig, jag lär ut allt du behöver under passet. Släpp taget och ha fokus in i dig själv under stunden vi yogar!

Inga förkunskaper behövs, du kan sitta på stol.

Ta med yogamatta eller liknande och en filt.

Pris 200 kr/gång. Ring, smsa, maila gärna om du undrar något.

Varmt Välkommen!

Annika Karlsson, tel 070-3930002 mail annikakarlssons@hotmail.com