

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
06:45-08:15 Hathayoga (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>	07:00-08:15 Vinyasa Flow <i>Sandra W Donovan</i>	06:45-08:15 Hathayoga (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>				
09:45-11:00 Vinyasa Flow <i>Sandra W Donovan</i>			09:45-11:00 Vinyasa Flow <i>Sandra W Donovan</i>	09:45-11:00 Friday Flow <i>Charlotte Sjöström</i>	09:00-10:30 Inversions & Backbends (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>	10:00-11:15 Sunday Open Flow (*eng) <i>Eva Ericsson</i>
12:00-12:45 Nidra - Djupavslappning <i>Fredrik Binette</i>	12:00-13:00 Medicinsk Yoga - ManaYoga® <i>Jenny Hagman</i>	11:45-13:00 Sivananda Hatha <i>Fredrik Binette</i>	12:00-13:00 Deep Sense - Reiki <i>Jenny Berglund Castro</i>	12:00-13:15 Flow & Restore <i>Sandra W Donovan</i>	WORKSHOPS	WORKSHOPS
15:45-17:00 Restorative Yoga <i>Sarah Jonsson</i>	17:15-18:30 Vinyasa Flow <i>Sandra W Donovan</i>	16:15-17:15 Gravidyoga <i>Malin Lemchen</i>	16:45-17:45 Breathwork (*eng) <i>Olga Yegorova</i>	16:00-17:15 Yinyoga <i>Therese Lind Bjellder</i>	16:30-18:00 Hatha Flow (*eng) <i>Clive Guiver</i>	16:00-17:15 YoQi Flow <i>Katarina Dybeck</i>
17:15-18:30 Happy Hatha <i>Sarah Jonsson</i>	18:45-19:45 Yogalates <i>Helena Stenberg</i>	17:45-19:00 Yoga för Nybörjare <i>Cinna Brahme</i>	18:00-19:15 Medicinsk Yoga - ManaYoga® <i>Jenny Hagman</i>			17:30-19:00 Yinyoga (*eng) <i>Eva Ericsson</i>
19:00-20:15 Hatha Flow (*eng) <i>Clive Guiver</i>	20:00-21:15 Restorative Yoga <i>Charlotte Sjöström</i>	19:15-20:30 Hatha Flow (*eng) <i>Clive Guiver</i>	19:30-20:45 Sensing Yoga <i>Maja Torbjörnsdotter</i>			



Madeleine Wilhelmsson Grundare YogaMana

Yogakort

5 ggr: 1.300 kr	Prova-på: 150 kr
10 ggr: 2.450 kr	Intro 10 dagar: 495 kr
20 ggr: 4.550 kr	Terminkort Vår: 6.850 kr
Drop in: 280 kr	Live Stream: 1.250 kr

Medlemskort

GULD 1 år: 12.900 kr
GULD 12 mån autogiro: 1.100 kr/mån
SILVER 3 mån autogiro: 1.300 kr/mån
BRONS 1 mån autogiro: 1.500 kr/mån

Yogakurser

För att boka in en yogakurs 16-21 ggr (en gång i veckan) se priser och tider på yogamana.se

Alla medlemskap och yogakort är giltiga i YogaManas 3 studios i Stockholm: Danderydsgatan 2, Sibyllegatan 67 och Sigtunagatan 8. Boka enkelt i dina pass, se kvitton och checka in på plats med appen Zoezi. För workshops och utbildningar se: yogamana.se.

Ny kund? 15% rabatt på valfritt yogakort och guldmedlemskap för 900 kr/mån första året.