

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
06:45-08:15 Start v.3 The Practise - Wake up (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>		06:45-08:15 Start v.3 The Practise - Wake up (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>	07:30-08:30 Start v.4 Yoga för Stela Män <i>Susanne Gärtner</i>			
09:45-11:00 Start v.3 Vinyasa Flow (*eng + L) <i>Sandra W Donovan</i>		09:00-10:15 Start v.3 Hatha Flow (*eng) <i>Eva Ericsson</i>	09:30-10:45 Start v.4 Pilates Flow (L) <i>Susanne Gärtner</i>		09:30-11:00 Start v.2 Inversions & Backbends (*eng) <i>Penny Christodoulides</i>	10:00-11:15 Start v.2 Hatha Flow (*eng) <i>Eva Ericsson</i>
12:00-13:15 Start v.3 Breathwork & Nidra (L) <i>Annaf Ahlgren</i>	12:00-13:00 Start v.6 Medicinsk Yoga - ManaYoga® (L) <i>Madeleine Wilhelmsson</i>	12:00-13:15 Start v.2 Sivananda Hatha (*eng) <i>Fredrik Binette</i>	12:00-13:00 Start v.2 Reiki & Meditation <i>Jenny B Castro</i>	12:00-13:15 Start v.2 Flow & Yin (*eng + L) <i>Sandra W Donovan</i>	WORKSHOPS	WORKSHOPS
15:45-17:00 Start v.3 Restorative Yoga (*eng) <i>Sarah Jonsson</i>	17:15-18:30 Start v.2 Vinyasa Flow (*eng) <i>Sandra W Donovan</i>	16:00-17:15 Start v.6 Gravidyoga - "Föda utan rädsla" <i>Malin Lemchen</i>	16:30-17:45 Start v.4 Restorative & Sound <i>Pauline Tardelius</i>	16:00-17:15 Start v.2 Yinyoga (*eng + L) <i>Therese L Bjellder</i>	16:30-18:00 Start v.2 Hatha Flow (*eng + L) <i>Therese L Bjellder</i>	16:30-17:45 Start v.3 Medicinsk Yoga - ManaYoga® (L) <i>Marie Androv</i>
17:15-18:30 Start v.3 Happy Hatha (*eng) <i>Sarah Jonsson</i>	18:45-19:45 Start v.2 Yogalates <i>Helena Stenberg</i>	17:30-18:45 Start v.2 Yinyoga (*eng) <i>Eva Ericsson</i>	18:00-19:15 Start v.2 Medicinsk Yoga - ManaYoga® (L) <i>Jenny Hagman</i>			18:00-19:15 Start v.2 Yinyoga (L) <i>Johanna Sundqvist</i>
18:45-19:45 Start v.6 Yoga Nidra (L) <i>Veronica Holm</i>	20:00-21:00 Start v.4 Klangresa <i>Jenny B Castro</i>	19:00-20:15 Start v.3 Vinyasa Flow (*eng) <i>ChungMei Lee</i>				

*eng = klassen hålls vid behov på engelska
L = klassen live streams



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: 4.650 kr	Terminskort Vår: 7.300 kr
Drop in: 295 kr	Live Stream: 1.395 kr

Medlemskap

GULD 1 år: 14.400 kr
GULD 12 mån autogiro: 1.200 kr/mån
SILVER 3 mån autogiro: 1.350 kr/mån
BRONS 1 mån autogiro: 1.550 kr/mån

Yogakurser

För att boka in en yogakurs 16-22 ggr (en gång i veckan) se priser och tider på yogamana.se

Nya kunder har 15% rabatt på klippkort eller 20% rabatt på guldmedlemskap (960 kr/mån eller 11.520 kr) under första året.
Alla medlemskap och yogakort är giltiga i YogaManas 3 studios i Stockholm: Danderydsgatan 2, Sibyllegatan 67 och Sigtunagatan 8.
När du köpt kort/blivit medlem boka enkelt in dina pass i appen Zoezi. För workshops och utbildningar se: yogamana.se.