Studio Namaste Yoga

Namaste Yoga

	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		ŚRODA		CZWARTEK		PIĄTEK		SOBOTA		NIEDZIELA	
	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ	sala POWIETRZE	sala PRZESTRZEŃ
06:30		6:30 - 8:00 **Ashtanga Yoga** (Mysore) *Bartek*		6:30 - 7:45 **Vinyasa Yoga** *Tomek*		6:30 - 8:00 **Ashtanga Yoga** (Mysore) *Patrycja*		6:30 - 7:45 **Vinyasa Yoga** *Julita*		6:30 - 8:00 **Ashtanga Yoga** (Mysore) *Patrycja*				
06:45														
07:00														
07:15														
07:30														
07:45														
08:00														
08:15														
08:30												8:30 - 10:00 **Vinyasa Yoga** *Ulla*		
08:45														
09:00	9:00 - 10:30 **Vinyasa Krama** *Ifa*		9:00 - 10:00 **Wstęp do Air Yogi** *Klaudia*	9:00 - 10:30 **Wstęp do Jogi** *Natalia*		9:00 - 10:30 **Vinyasa Yoga Stretch** *Ifa*		9:00 - 10:30 **Wstęp do Jogi** *Aga*	9:00 - 10:00 **Wstęp do Air Yogi** *Klaudia*	9:00 - 10:30 **Vinyasa Yoga Stretch** *Ifa*				9:00 - 10:30 **Ashtanga Yoga** (I Seria Prowadzona) *Bartek*
09:15														
09:30														
09:45														
10:00		10:00 - 11:30 **Joga Dojrzała** (50+) *Agata*			10:00 - 11:30 **Joga Dojrzała** (50+) *Agata*									
10:15														
10:30														
10:45														
11:00														
11:15														
11:30														
11:45														
12:00														
12:15														
12:30														
12:45														
16:00														
16:15														
16:30														16:00 - 17:30 **Vinyasa Slow** *Weronika*
16:45														
17:00	17:00 - 18:00 **Air Yoga** *Klaudia*	17:00 - 18:00 **TaiChi** *Jacek*												
17:15														
17:30														
17:45														
18:00					18:00 - 19:00 **Wstęp do Air Yogi** *Klaudia*									
18:15	18:15 - 19:15 **Zdrowy kręgosłup** *Agata*	18:15 - 19:45 **Wstęp do Jogi** *Ulla*	18:15 - 19:45 **Vinyasa Slow** *Julita*	18:15 - 19:45 **Vinyasa Yoga** *Ulla*		18:15 - 19:45 **Power Vinyasa Yoga** (intensywne) *Ulla*	18:15 - 19:45 **Kundalini Yoga** *Ana*	18:15 - 19:45 **Vinyasa Yoga** *Ulla*	18:15 - 19:15 **Zdrowy kręgosłup** *Agata*	18:15 - 19:30 **YIN Yoga** *Ulla*				
18:30														
18:45														
19:00														
19:15														
19:30														
19:45														
20:00	20:00 - 21:30 **Power Vinyasa Yoga** (intensywne) *Ifa*	20:00 - 21:30 **Vinyasa Yoga** *Michał*	20:00 - 21:30 **Vinyasa Yoga** *Weronika*	20:00 - 21:30 **Ashtanga Yoga** (Mysore) *Kasia D.*	20:00 - 21:30 **Vinyasa Yoga** *Michał*	20:00 - 21:30 **Wstęp do Jogi** *Julita*	20:00 - 21:30 **Ashtanga Yoga** (Mysore) *Łukasz*	20:00 - 21:30 **Vinyasa Slow** *Agata B.*	20:00 - 21:30 **Vinyasa Yoga** *Tomek*	20:00 - 21:30 **Wstęp do Jogi** *Krzysztof*				
20:15														
20:30														
20:45														
21:00														
21:15														