

# Studio Namaste Yoga

Grafik ŚWIĄTECZNY

od 31 grudnia 2023 – 6 stycznia 2024



Namaste Yoga

| NIEDZIELA<br>31 GRUDNIA 2023 |                    | PONIEDZIAŁEK<br>1 STYCZNIA 2024 |                    | WTOREK<br>2 STYCZNIA 2024                                 |  | ŚRODA<br>3 STYCZNIA 2024                                   |  | CZWARTEK<br>4 STYCZNIA 2024                              |   | PIĄTEK<br>5 STYCZNIA 2024                                     |                    | SOBOTA<br>6 STYCZNIA 2024 |   |
|------------------------------|--------------------|---------------------------------|--------------------|---|--|--|--|--|---|---|--------------------|---------------------------|---|
| sala<br>POWIETRZE            | sala<br>PRZESTRZEŃ | sala<br>POWIETRZE               | sala<br>PRZESTRZEŃ | sala<br>POWIETRZE   | sala<br>PRZESTRZEŃ   | sala<br>POWIETRZE  | sala<br>PRZESTRZEŃ   | sala<br>POWIETRZE  | sala<br>PRZESTRZEŃ  | sala<br>POWIETRZE   | sala<br>PRZESTRZEŃ | sala<br>POWIETRZE         | sala<br>PRZESTRZEŃ                                      |
|                              |                    |                                 |                    |   | 6:30 – 7:45<br><b>Vinyasa<br/>Yoga</b><br><i>Agata</i>         |  |  |  | 6:30 – 7:45<br><b>Vinyasa<br/>Yoga</b><br><i>Agata</i>        |   |                    |                           |   |
|                              |                    |                                 |                    | 9:00 – 10:30<br><b>Wstęp<br/>do Jogi</b><br><i>Joanna</i> |  | 9:00 – 10:30<br><b>Vinyasa<br/>Stretch</b><br><i>Ifa</i>   |  | 9:00 – 10:30<br><b>Wstęp<br/>do Jogi</b><br><i>Aga</i>   | 9:00 – 10:30<br><b>AirYoga</b><br><i>Klaudia</i>              | 9:00 – 10:30<br><b>Vinyasa<br/>Stretch</b><br><i>Ifa</i>      |                    |                           | 9:00 - 10:30<br><b>Vinyasa<br/>Yoga</b><br><i>Agata</i> |
|                              |                    |                                 |                    |   |  | 10:00 – 11:30<br><b>Joga<br/>Dojrzała</b><br><i>Joanna</i> |  |  |   |   |                    |                           |   |
|                              |                    |                                 |                    |   |  |  |  |  |   |   |                    |                           |   |
|                              |                    |                                 |                    |   |  |  |  |  |   |   |                    |                           |   |
|                              |                    |                                 |                    | 18:15 - 19:45<br><b>Vinyasa Yoga</b><br><i>Ulla</i>       | 18:00 – 19:00<br><b>Wstęp do<br/>AirYogi</b><br><i>Klaudia</i> | 18:15 - 19:45<br><b>Power Yoga</b><br><i>Ulla</i>          | 18:15 - 19:45<br><b>Kundalini<br/>Yoga</b><br><i>Małgo</i> | 18:15 - 19:45<br><b>Vinyasa<br/>Yoga</b><br><i>Ulla</i>  | 18:15 - 19:15<br><b>Zdrowy<br/>kręgosłup</b><br><i>Asia</i>   | 18:15 - 19:30<br><b>Yin<br/>Yoga</b><br><i>Ulla</i>           |                    |                           |   |
|                              |                    |                                 |                    | 20:00 - 21:30<br><b>Vinyasa Yoga</b><br><i>Weronika</i>   |  | 20:00 - 21:30<br><b>Wstęp<br/>do Jogi</b><br><i>Michał</i> |  | 20:00 – 21:30<br><b>Vinyasa<br/>Slow</b><br><i>Agata</i> | 20:00 - 21:30<br><b>Joga<br/>Funkcjonalna</b><br><i>Tomek</i> | 20:00 - 21:30<br><b>Wstęp<br/>do Jogi</b><br><i>Krzysztof</i> |                    |                           |   |

