

Schema höst-19😊

Tisdag:

11.30 Pilates 45 min **Drop in** Maria

17.30 Yoga+Yin 75 min Elisabeth

Onsdag:

16.00 Senior SomaMove Kicki 3 ggr V.45-47 400:-

17.15 YinYoga Elisabeth

18.30 SomaMove Kicki 3 ggr V.45-47 400:-

Torsdag:

14.00 Senior YinYoga Elisabeth

16.00 Senior Pilates Maria

17.30 Pilates Maria

18.45 Yoga 75 Elisabeth

Fredag:

6.50 YinYoga 45 **Drop in** Elisabeth

Söndag:

17.00 Yoga Annika

18.15 RyttaYoga Annika

Det går bra att hoppa in i på började grupper i mån av plats😊

Hör av dig till Elisabeth 070-9462233 eller

elisabeth@halsocenterab.se



HÄLSOCENTER