



Prova på yoga – gratis

Välkomna till Göteborgs Yoga Centrum både nybörjare och vana yogautövare!

I centrala Göteborg vid Kronhusbodarna, på Smedjegatan 5 finns Göteborgs Yoga Centrum – ett av Sveriges äldsta och mest välrenommerade yogacentrer. Här erbjuds kvalitativ yogaundervisning av välutbildade yogalärare – allt under ledning av Leela G. Hansen.

På Göteborgs Yoga Centrum utövas Iyengaryoga. Till oss är alla välkomna som söker en ny form av träning eller vill utveckla sina yogakunskaper. Här kan du som aldrig provat yoga få din första introduktion och här kan du som utövat yoga länge fördjupa dina kunskaper. Eller kanske utbilda dig vidare till Iyengar-yogalärare.

Vi erbjuder också gravidyoga, olika helgkurser och workshops med gästlärare från utlandet. Dessutom finns här en välsorterad yogabutik, där du kan handla allt som hör yoga till.

För ytterligare information, tel **031-13 22 52**
eller **www.yogacentrum.com**

Välkommen att prova Iyengaryoga och träffa våra lärare. Ingen avgift och ingen anmälan. Vi har begränsat med platser, så kom i god tid. Självklart är även du som brukar gå på yoga hos os välkommen!

Nivå 1 – 2 – även för dig som aldrig har tränat yoga tidigare

Måndag	23 augusti	19.30 - 21.00	Leela G. Hansen
Tisdag	24 augusti	16.15 - 17.45	Yvonne Forsberg
Onsdag	25 augusti	09.30 - 11.00	Maja Seve Westas
Onsdag	25 augusti	16.45 - 18.15	Lena Skärby
Onsdag	25 augusti	18.30 - 20.00	Maja Seve Westas
Torsdag	26 augusti	16.15 - 17.45	Dirce Corradini Stridh
Torsdag	26 augusti	18.00 - 19.30	Dirce Corradini Stridh

Lättyoga – bra för seniorer och för dig som vill gå långsamt fram

Måndag	30 augusti	13.15 - 14.15	Lena Skärby
Onsdag	1 september	13.15 - 14.15	Lena Skärby

GÖTEBORGS
YOGACENTRUM

Yoga enligt Iyengartraditionen

Göteborgs Yoga Centrum AB, Smedjegatan 5, 411 13 Göteborg E-post yogacentrum@yogacentrum.com