



GÖRANS ÖPPNA KVÄLLSKURSER – HT 2022

Här ser du upplägget för Görans kvällskurser, måndagar och onsdagar under höstterminen 2022. Du hittar vilka veckor det är kursuppehåll och vilken som är den sista kursveckan för terminen. PDF:er till respektive kurs olika yogapass finns att ladda ner i anslutning till aktuell kurs här på hemsidan.

Måndag 17.00-18.15	BALANS	Kursstart 5/9, 13 månd. under hösten
v.36 Introduktion	v.41 Pass 5	v.46 Pass 9
v.37 Pass 1	v.42 Pass 6	v.47 Pass 10
v.38 Pass 2	v.43 Pass 7	v.48 Pass 11
v.39 Pass 3	v.44 Ingen yoga	v.49 Pass 12
v.40 Pass 4	v.45 Pass 8	

Måndag 18.45-20.00	HJÄRTA/IMMUN	Kursstart 5/9, 13 månd. under hösten
v.36 Introduktion	v.41 Pass 5	v.46 Pass 9
v.37 Pass 1	v.42 Pass 6	v.47 Pass 10
v.38 Pass 2	v.43 Pass 7	v.48 Pass 11
v.39 Pass 3	v.44 Ingen yoga	v.49 Pass 12
v.40 Pass 4	v.45 Pass 8	

Tisdagar – leder Görän enskilda terapeutiska sessioner, dag/kvällstid, på plats eller via Zoom. Läs mer [HÄR](#)

Onsdag 17.00-18.45	BASIC	Kursstart 7/9, 13 onsd. under hösten
v.36 Introduktion	v.41 Pass 5	v.46 Pass 9
v.37 Pass 1	v.42 Pass 6	v.47 Pass 10
v.38 Pass 2	v.43 Pass 7	v.48 Pass 11
v.39 Pass 3	v.44 Ingen yoga	v.49 Pass 12
v.40 Pass 4	v.45 Pass 8	

Onsdag 18.45-20.00	MEDITATION - 3	Kursstart 7/9, 13 onsd. under hösten
v.36 Introduktion	v.41 Pass 5	v.46 Pass 9
v.37 Pass 1	v.42 Pass 6	v.47 Pass 10
v.38 Pass 2	v.43 Pass 7	v.48 Pass 11
v.39 Pass 3	v.44 Ingen yoga	v.49 Pass 12
v.40 Pass 4	v.45 Pass 8	

För mer information om Görans återkommande halvdags-workshops – klicka [HÄR](#)
