



## GÖRANS ÖPPNA KVÄLLSKURSER – VT 2022

Här ser du upplägget för Görans kvällskurser, måndagar och onsdagar under vårterminen 2022. Du hittar vilka veckor det är kursuppehåll på grund av sportlov eller påskvecka 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	YOGA SOM MEDICIN	Kursstart 7/2, 13 månd. under våren,
v.06 Introduktion	v.11 Pass 4	v.16 Ingen yoga
v.07 Pass 1	v.12 Pass 5	v.17 Pass 9
v.08 Pass 2	v.13 Pass 6	v.18 Pass 10
v.09 Ingen yoga	v.14 Pass 7	v.19 Pass 11
v.10 Pass 3	v.15 Pass 8	v.20 Pass 12

---

Måndag 18.45-20.00	MEDITATION – 2	Kursstart 7/2, 13 månd. under våren,
v.06 Introduktion	v.11 Pass 4	v.16 Ingen yoga
v.07 Pass 1	v.12 Pass 5	v.17 Pass 9
v.08 Pass 2	v.13 Pass 6	v.18 Pass 10
v.09 Ingen yoga	v.14 Pass 7	v.19 Pass 11
v.10 Pass 3	v.15 Pass 8	v.20 Pass 12

---

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

---

Onsdag 17.00-18.45	RYGG	Kursstart 9/2, 13 onsd. under våren,
v.06 Introduktion	v.11 Pass 4	v.16 Pass 8
v.07 Pass 1	v.12 Pass 5	v.17 Pass 9
v.08 Pass 2	v.13 Pass 6	v.18 Pass 10
v.09 Ingen yoga	v.14 Pass 7	v.19 Pass 11
v.10 Pass 3	v.15 Ingen yoga	v.20 Pass 12

---

Onsdag 18.45-20.00	YOGUS-VAGUS	Kursstart 9/2, 13 onsd. under våren,
v.06 Introduktion	v.11 Pass 4	v.16 Pass 8
v.07 Pass 1	v.12 Pass 5	v.17 Pass 9
v.08 Pass 2	v.13 Pass 6	v.18 Pass 10
v.09 Ingen yoga	v.14 Pass 7	v.19 Pass 11
v.10 Pass 3	v.15 Ingen yoga	v.20 Pass 12

---

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

---