

ÓRAREND - 2012. JANUÁR 2-től

Mandala Advaita Jógaközpont - Külső terem, XIII. Bp. Kresz Géza u. 27.						
H	K	Sz	Cs	P	Szo	V
Hatha Jóga kezdő Gyöngyvér 7.00-8.30		Hatha Jóga kezdő Csaba 7.00-8.30	Hatha Jóga kezdő Gyöngyvér 7.00-8.30	Hatha Jóga Rádzsa jóga Istók 8.30-10.00		
Gerincjóra kezdő Csabi 10.30-12.00	Gerincjóra kezdő Zoli 10.30-12.00	Gerincjóra középhaladó Kori 11.00-12.30	Gerincjóra kezdő Zoli 10.30-12.00	Gerincjóra kezdő Zoli 10.30-12.00		
Hatha jóga kezdő Korinna 17.30-19.00	Gerincjóra 1 óras kezdő Csabi 17.15-18.15	Gerincjóra kezdő Korinna 17.45-19.15	Hatha jóga kezdő Sarolta 17.45-19.15	Nőijóga kezdő Sarolta 17.00-18.30		
Gerincjóra kezdő Korinna 19.15 - 20.45	Gerincjóra kezdő Kori 18.30-20.00	Gerincjóra kezdő Zoli 19.30-21.00	Hatha Jóga flow Gyöngyvér 19.30-21.00	Gerincjóra kezdő H. Andi 18.45-20.15	Gerincjóra kezdő Ádám 18.30-20.00	Gerincjóra kezdő Ádám 18.30-20.00
	Gerincjóra 1 óras kezdő H.Andi 20.15-21.15					

Mandala Advaita Jógaközpont - Belső terem, XIII. Bp. Kresz Géza u. 27.						
H	K	Sz	Cs	P	Szo	V
Gerincjóra kezdő Ádám 9.30-11.00	Gerincjóra kezdő 1 óras H.Andi 8.00-9.00	Gerincjóra kezdő Csabi 9.00-10.30	Gerincjóra kezdő 1 óras Sz.Andi 8.00-9.00	Hatha jóga kezdő Ádám 9.00-10.30		
Kismama jóga Sz.Kata 11.30 - 13.00						
		Gyerekjóga Bogi 16.30 - 17.30	Gerincjóra kezdő 1 óras Sz. Andi 17.15-18.15			
Gerincjóra középhaladó Gergő 17.45-19.15	Hatha Jóga kezdő Sz. Andi 17.45-19.15	Hatha jóga középhaladó Gergő 18.00 - 19.30	Gerincjóra kezdő Kori 18.30-20.00	Gerincjóra középhaladó Gergő 17.45-19.15	Hatha jóga kezdő Babett 17.30 - 19.00	Hatha jóga flow Gyöngyvér 17.30-19.00
Hatha jóga Flow Gyöngyvér 19.30-21.00	Hatha Jóga középhaladó Csabi 19.30-21.00	Hatha jóga kezdő H.Andi 19.45 - 21.15	Gerincjóra kezdő 1 óras H.Andi 20.15-21.15	Gerincjóra Stresszoldó Ádám 19.30-21.00		

Mandala Gerincjóga Központ - VII. Bp. Nefelejcs u. 58. (Nefelejcs - Peterdy sarok)

H	K	Sz	Cs	P	Szo	V
	Hatha Jóga haladó Gergő 8.00-9.30			Hatha jóga kezdő Sarloita 8.30-10.00		
Gerincjóga kezdő Nadia 10.00-11.30	Nőijóga kezdő Nadia 10.00-11.30	Hatha Jóga kezdő Nadia 10.30-12.00	Gerincjóga kezdő Kitti 10.30-12.00			
Gyerekjóga Eszter 16.15 - 17.15						Gyerekjóga Eszter 16.15 - 17.15
Nőijóga kezdő Sarloita 17.30-19.00	Hatha Jóga kezdő Sarloita 17.30-19.00	Gerincjóga kezdő Ádám 17.30-19.00	Hatha jóga kezdő Nadia 17.30-19.00	Gerincjóga kezdő 1 órás Zoli 17.30-18.30	Gerincjóga kezdő Kitti 18.00-19.30	Gerincjóga kezdő Kitti 18.00-19.30
Gerincjóga kezdő Csabi 19.15-20.45	Gerincjóga középfaladó Gyöngyvér 19.15-20.45	Gerincjóga Stresszoldó kezdő Ádám 19.30-21.00	Gerincjóga kezdő Nadia 19.30-21.00	Hatha jóga Zoli 19.00-20.30		

