

מצרכי שלווה 2018/19

א ב ג ד ה ו

8:00 - 9:15 האתה יוגה רגועה			8:00 - 9:15 האתה יוגה רגועה		
9:30-10:30 יוגה אווירית בערסלים					17:00 - 18:00 יוגה לילדים גילאי 4-8
	18:00-19:30 אקרו יוגה		17:30-18:30 יוגה אווירית לילדים		18:30 - 19:45 אשטנגה יוגה דינמית
			19:00-20:15 יוגה לנשים בהריון		

* יש להירשם מראש לשיעור (וכן להודיע על אי הגעה עד שעה קודם לשיעור) * נא להגיע כ- 10 דקות לפני הזמן