



Δευτέρα Monday	Τρίτη Tuesday	Τετάρτη Wednesday	Πέμπτη Thursday	Παρασκευή Friday	Σάββατο Saturday
10.30 – 11.45 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2-3 Εύη		10.30 – 11.45 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Εύη	10.30 – 11.45 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2-3 Εύη	10.30 – 11.45 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Κατερίνα	9.00 – 10.15 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 1-2-3 Κατερίνα
					10.30 – 11.45 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Κατερίνα
					12.00 – 13.00 AERIAL YOGA Ξένια
	18.00 – 19.15 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2 Εύη	17.30 – 18.45 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2-3 Εύη	18.00 – 19.15 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Εύη	18.00 – 19.15 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2-3 Εύη	
18.30 – 19.45 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2 Εύη	19.30 – 20.45 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Εύη	19.00 – 20.15 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Εύη	19.30 – 20.45 HATHA YOGA Επίπ/Lev 1-2 Εύη	19.30 – 20.20 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ/ MEDITATION Εύη	
20.00 – 21.00 AERIAL YOGA Νατάσα	21.00 – 22.15 VINYASA FLOW Επίπ/Lev 2-3 Εύη	20.30 – 21.30 AERIAL YOGA Νατάσα	21.00 – 22.00 AERIAL YOGA Ξένια		

Λ.Περικλέους 20 Χολαργός | Τηλ: 211 216 8603, 6980651189 | www.sahadevayoga.com

Επίπεδο 1: Για όσους ξεκινούν τώρα την πρακτική της γιόγκα και για αυτούς που επιθυμούν να απολαύσουν μία ήπια πρακτική.

Επίπεδο 2: Για όσους διαθέτουν μία σχετική εμπειρία στη γιόγκα ή ασκούνται συστηματικά.

Επίπεδο 3: Περισσότερο απαιτητική πρακτική με προχωρημένες asana και ακολουθίες. Ιδανική για όσους ασκούνται συστηματικά στη γιόγκα για περισσότερο από 6 -12 μήνες.

Για όλα τα μαθήματα απαιτείται κράτηση θέσης η οποία μπορεί να ακυρωθεί **έως 24 ώρες πριν το μάθημα.**

Σε περίπτωση ακύρωσης σε διάστημα μικρότερο των 24 ωρών ή μη εμφάνισης, χρεώνεται ως μεμονωμένο μάθημα.