

SYKSYN 2017 JOOGAA LAPISSA

YLLÄKSEN LUONTOKESKUS KELLOKAS, Tori - ja metsäpäivät 8.-10.9.

Lempeä astangajooga, sopii kaikille.

Klo 15-16:15, pe-su. Osallistu 1-3 pv. Ilmoittaudu tekstarilla. 25€/krt tai 3pv 65€

Astangajoogan jatkokurssi, alkeiskurssin jo käyneille

Klo 16:15-18, pe-su. Osallistu 1-3 pv. Ilmoittaudu tekstarilla. 25€/krt tai 3 pv 65€

Tunturijooga - helppoja harjoituksia Kellokkaan lähimaastossa la 9.9.

Klo 10-10:35. Lähtö Kellokkaan pääoven edestä klo 10. Ilmoittaudu tekstarilla. 10€

Taukojoogaa koko toriväen kanssa su 10.9.

Klo 11:50. 10 minuutin vetreyttävä taukojooga ulkona torilla. Ilmainen

PALLASTUNTURIN LUONTOKESKUS, Pallaspäivä ti 12.9.

Lempeä astangajooga, sopii kaikille. Klo 15-16. Ilmoittaudu tekstarilla. 20 €

Tunturijooga - helppoja harjoituksia tunturissa. Klo 10-10:30. Ilmoittaudu tekstarilla. 10€

LOMAMAJA PEKONEN, Muonio ke 13.9.

Lempeä astangajooga, sopii kaikille. Klo 18-19:30. Teetarjoilu joogan jälkeen.

Ilmoittaudu tekstarilla ti 12.9. mennessä. 20€

VIIKONLOPPUKURSSIT AAKENUSPIRTILLÄ 22.-24.9. & 13.-15.10.

Lempeä astangajooga, sopii kaikille. Pe klo 17-18, la & su klo 10:30-11.30.

Astangajoogan jatkokurssi. Pe klo 18-20, la & su klo 8:30-10:30

Kurssin hinta: 2pv 55€, 3pv 68€. Sauna joogan jälkeen 5 €.

Kurssi, majoitus & ruokailu pe-su 225€. Ilmoittautumiset 15.9. ja 6.10. mennessä.

ERÄMAARETRIITTI AAKENUSPIRTILLÄ 1.-5.11.

Järjestäjänä Astangajooga Lappi ry. Opettajina Frank Kappas ja Meri Tiitola.

Astangajoogan aamuharjoitus ja mantra chanting.

Kellonajat tarkentuvat myöhemmin.

Drop-in kertamaksu 20€

Koko retriitti ke-su 490€

Viikonloppu pe-su 295€

JOOGAOPETTAJA / YOGA TEACHER

Marja Köngäs 040 71 88 201/ tekstiviestit/SMS, marja@joogala.fi

www.aakenuspirtti.fi. MYÖS YKSITYISTUNNIT / PRIVATE CLASSES AVAILABLE

