

# Prova yoga gratis

## Välkommen till Göteborgs Yoga Centrum!

I centrala Göteborg nära Kronhusbodarna finns Göteborgs Yoga Centrum – ett av Sveriges äldsta och mest välrenommerade yogacentrum. Här erbjuds kvalitativ yogaundervisning av välutbildade yogalärare – allt under ledning av Leela G. Hansen.

På Göteborgs Yoga Centrum utövas Iyengaryoga. Till oss är alla välkomna som söker en ny form av träning eller vill utveckla sina yogakunskaper. Här kan du som aldrig provat yoga få din första introduktion och här kan du som utövat yoga länge fördjupa dina kunskaper. Eller utbilda dig till Iyengaryogalärare.

Vi erbjuder också yoga för gravida, helgkurser och workshops med både svenska och internationella gästlärare. Dessutom finns här en välsorterad yogabutik, där du kan handla allt som hör yoga till.

## Schema

**Nivå 1–2** – även för dig som aldrig har tränat yoga tidigare

Måndag	21 augusti	16.15 – 17.30	Cecilia Danskog
	21 augusti	19.15 – 20.45	Cecilia Danskog
Tisdag	22 augusti	16.30 – 18.00	Dirce Corradini Stridh
Onsdag	23 augusti	16.00 – 17.00	Leela Grethe Hansen
	23 augusti	17.15 – 18.45	Alberto Manco
Torsdag	24 augusti	12.00 – 13.00	Cecilia Alm
	24 augusti	19.30 – 21.00	Cecilia Alm

**Lättyoga** – bra för seniorer och för dig som vill gå långsamt fram

Måndag	28 augusti	13.15 – 14.15	Alberto Manco
Onsdag	30 augusti	13.15 – 14.15	Alberto Manco

**Yoga för unga, 13–18 år**

Måndag	28 augusti	16.15 – 17.15	Dirce Corradini Stridh
--------	------------	---------------	------------------------

Förboka tidigast dagen före klass eller ta chansen att droppa in.  
Begränsat antal platser – först till kvarn!

**Boka plats på [www.yogacentrum.com](http://www.yogacentrum.com)**

————— GÖTEBORGS —————  
**YOGACENTRUM**  
Yoga enligt Iyengartraditionen