



Vi förbehåller oss rätten till ändringar. Copyright © 2018 Göteborgs Yoga Centrum AB

# Workshop med Inga Grevtzov

9–11 november 2018

Inga är en av Göteborgs Yoga Centrums mest uppskattade gästlärare. Hon är omtyckt för sin friskhet och entusiasm i undervisningen och sin varma personlighet. Detta kombinerat med humor, en mycket gedigen kunskap och en stor förmåga att kunna förklara hur man ska jobba i ställningarna, gör Inga till en utomordentligt bra lärare.

Du kommer hitta nya sidor av redan kända yogaställningar och Inga kommer vägleda dig, så du kan göra ställningar som du inte trodde var möjligt.

Inga är seniorlärare inom Iyengaryogasytemet. Under fyra år valde Inga att bo i Paris för att kunna följa och lära sig från Faeq och Corine Biria. Numera bor hon i Tel Aviv där hon kombinerar sina yogastudier och yogaundervisning med intensiva studier i Ayurveda hos en indisk mästare.

Med sin kompromisslöshet när det gäller yoga, är Inga en förebild för alla yogautövare, som vill ha mer konsekvens i sitt yogautövande. Det är med glädje vi bjuder Inga Grevtzov välkommen till Göteborg för sjunde gången.

Undervisningen är på engelska.

**För vem:** Passar dig som håller på med Iyengaryoga och har bekantat dig med Sirsasana och Sarvangasana (huvudstående/axelstående). Du behöver dock inte känna att du är bra eller att det är lätt för dig. Men du ska vara beredd på att lära dig mer.

**Tider:** Fredag 18.00–20.30. Lördag 09.30–17.00.  
Söndag 09.30–13.00. Paus mitt på dagen på lördagen.  
Avgift betalas till BG 5036-6715: 2.200 kr.

**Anmälan:** Se [www.yogacentrum.com](http://www.yogacentrum.com) eller maila [yogacentrum@yogacentrum.com](mailto:yogacentrum@yogacentrum.com)

## Extra yogaklass med Inga

För att möta det stora intresset för Ingas undervisning erbjuder vi dessutom en yogaklass, fristående från workshopen. Klasserna passar alla som praktiserat Iyengaryoga i minst sex månader. Det är en unik chans för både nybörjare och vana yogautövare, att uppleva Inga Grevtzovs dynamiska undervisning.  
Fredag 9 nov kl. 09.30–11.30

**Avgift:** 1 yogaklass 300 kr.  
Workshop + 1 yogaklass 2.400 kr. Endast workshop 2.200 kr.  
Betalas till bankgiro 5036-6715.

## In English

### Workshop with Inga Grevtzov in Gothenburg, Sweden November 9–11

Inga is a returning and highly appreciated workshop teacher in Gothenburg. We welcome you to participate in Inga's workshop November 9–11.

**Times for workshop:** Friday 6 p.m. to 8.30 p.m.,  
Saturday 9.30 a.m. to 5 p.m. (including break for lunch),  
Sunday 9.30 a.m. to 1 p.m. Costs: SEK 2.200.

**Extra class** Friday November 9: 09.30 a.m. – 11.30 a.m.  
Costs: SEK 300. Workshop and extra class: SEK 2.400.

**Questions** about the workshop or practical arrangements? Please do not hesitate to contact us:  
[yogacentrum@yogacentrum.com](mailto:yogacentrum@yogacentrum.com) Phone: + 46 31 13 22 52

---

GÖTEBORGS  
**YOGACENTRUM**

Yoga enligt B.K.S Iyengar

Norra Liden 7, 411 18 Göteborg, 031-13 22 52, [yogacentrum@yogacentrum.com](mailto:yogacentrum@yogacentrum.com) [www.yogacentrum.com](http://www.yogacentrum.com)

Yoga för hälsa, balans och närvaro sedan 1987.