

9 – 11 februari

# Workshop med Inga Grevtzov



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 ska vara perfekt.

**Tider:** Fredag 17.30 – 20.00. Lördag 09.30 – 17.00. Söndag 09.30 – 16.00. Paus mitt på dagen.

**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 yogaklasser med Inga

För att möta det stora intresset för Ingas undervisning erbjuder vi dessutom två yogaklasser, 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.

– Torsdag 8 februari kl. 09.30 – 12.00

– Fredag 9 februari kl. 09.30 – 12.00

**Priser:** 1 yogaklass 300 kr. 2 yogaklasser 550 kr. Workshop + 1 yogaklass 2.450 kr.  
Workshop + 2 yogaklasser 2.650 kr. Betalas till bankgiro 5036-6715.

GÖTEBORGS  
**YOGACENTRUM**  
Yoga enligt Iyengartraditionen