

Iyengar yoga med Leela

SOMMAR 2023

ॐ DROP-IN YOGA 4 JULI – 8 AUGUSTI

Öppen klass för alla nivåer.

Tisdag kl. 17.30 – 19.00

1 ggr 200 kr, 6 ggr 1100 kr

Passa på att hålla din yoga levande genom att gå på sommaryoga eller kanske testa yoga för allra första gången. Leela ser till att alla deltagare får behållning av undervisningen. *

ॐ INTENSIVKURS 31 JULI – 4 AUGUSTI

För dig som är i stan, nivå 1 – 3.

Måndag – fredag kl. 09.30 – 11.30

Avgift: 1.375 kr

Upplev hur mycket det ger av välmående i kroppen, ro i sinnet och ny energi att praktisera yoga varje dag under en vecka. Du får också tips till att fortsätta med yoga på egen hand. *

ॐ PRIVATLEKTIONER

Också i sommar har du möjlighet att få en egen lektion med Leela. Kanske du vill ha hjälp med att utforma ditt personliga yogaprogram? Eller kanske du har en skada eller håller på att bränna ut dig som gör att din yoga behöver anpassas och justeras? Eller kanske du är med barn och vill ha hjälp med yoga för gravida? Välkommen att kontakta Leela för oförpliktande samtal och ev. tidsbokning. Avgift: 1050 kr/60 min.

ॐ YOGASEMESTER PÅ SICILIEN 7 – 14 OKTOBER

Efter en fullbokad och omtyckt yogaresa till sköna Sicilien med Leela hösten 2022 får du åter möjligheten att delta. Yogalärare och ansvarig för yogan är Leela Grethe Hansen. Teknisk arrangör och ansvarig för bokning, hotell mm är inShape Travel. Läs mycket mera www.inshapetravel.se. Boka på förfrågan till inShape Travel.

ॐ WORKSHOP MED INGA GREVTZOV 16 – 17 SEPTEMBER

Lördag och söndag kl. 09.00 – 15.00

Avgift: 2.200 kr

Inga är en återkommande och mycket uppskattad gästlärare i Göteborg. Ge dig själv en yogakick och upplev Ingas energi och förmåga att få dig att gå djupare och upptäcka nytt i din yoga. Passar för dig som har utövat Iyengaryoga i minst två år. Plats: Spinn dansstudio, Järntorget 7, 1, 413 04 Göteborg.

ॐ HÖSTENS YOGAKURSER MED LEELA BÖRJAR FRÅN 4 SEPTEMBER

Samma upplägg som under vårterminen. Info på hemsidan och i nyhetsbrev från början av augusti. Uppehåll 2 – 15 oktober.



Anmälan

Anmäl dig genom att maila till yogacentrum@yogacentrum.com

Betala yogaavgiften till bankgiro: 5036-6715

eller swish: 123 609 81 98.

Frågor? Kontakta Leela yogacentrum@yogacentrum.com eller på 031 - 13 22 52

* Plats: Pustervikshuset vån 5, Järntorgsgatan 12.

Mer information om Leelas yogakurser www.yogacentrum.com



Leela Grethe Hansen

Leela är med sin kompetenta och inkännande yogaundervisning en av Sveriges mest uppskattade och anlitade yogalärare. Hon har drivit Göteborgs Yoga Centrum i 34 år med stor framgång. Leela är internationellt certifierad Iyengaryogalärare på seniornivå. Hon håller i mentorskap för blivande yogalärare och blir internationellt anlitad som examinator vid Iyengaryogatentamen.