

Yin Yang YOGAUDDANNELSE i København

Dato	Fredag d. 30. august	Lørdag d. 31. august	Søndag d. 1. september	Mandag d. 2. september	Tirsdag d. 3. september	Onsdag d. 4. september
Tema	Introduktion	Yogastillinger	Funktionel yoga	Funktionel yoga	Funktionel yoga	Den fysiske krop
Underviser	Cathrine & Stinna	Stinna	Kirstine	Kirstine	Kirstine	Cathrine
08:00-09:00	Varm velkomst	Masterclass	Masterclass	Masterclass	Masterclass	
09:00-10:00	Varm velkomst	Masterclass	Introduktion	Masterclass	Masterclass	Masterclass
10:00-11:00	Introduktion til yoga	Yang yogastillinger	Teori & praksis	Teori & praksis	Teori & praksis	Masterclass
11:00-12:00	Introduktion til yoga	Yang yogastillinger	Teori & praksis	Teori & praksis	Teori & praksis	Yang yogastillinger
12:00-13:00	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost	Frokost
13:00-14:00	Masterclass	Yin yogastillinger	Teori & praksis	Teori & praksis	Teori & praksis	Yin yogastillinger
14:00-15:00	Masterclass	Yin yogastillinger	Teori & praksis	Teori & praksis	Teori & praksis	Bliv rejseklar til Bali
15:00-16:00	Rollen som yogalærer	Rollen som yogalærer	Teori & praksis	Teori & praksis	Teori & praksis	
16:00-17:00	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding	Afrunding	