

Välkommen till Medicinsk Yoga hösten-2019

Tid: tisdagar kl. 17.15 - 18.15

Terminen startar den 3 september och pågår 15 tisdagar fram till och med den 10 december.

Inga förkunskaper krävs!! Ett introduktionspass för nya deltagare planeras till tisdagen den 27 augusti (veckan innan starten) Du väljer om du vill **yoga på matta eller sittandes på stol**.

Plats:

Vi håller till i Övningsal 2 på Sjukgymnastiken, Nyköpings lasarett

Anmälan:

Anmäl dig **senast** till den 20 augusti via Bokadirekt (<http://beritcarlmalm.bokadirekt.se>) eller mail till berit.carlmalm@gmail.com

Kursavgiften kommer varken helt eller delvis betalas tillbaka om du avbryter kursen **efter** det att kursen startat. Vid ev. förhinder har du möjlighet att anmäla en ersättare.

Kostnad: 1275 kr

Faktura skickas till dig efter att du anmält/bokat din plats.

Du behöver ta med:

Yogamatta/liggunderlag, pläd att dra över dig vid "långa vilan", liten kudde att sitta på eller så använder du pläden, vattenflaska, bekväma och inte för åtsittande kläder



Har du frågor? inför yogastarten eller medicinsk yoga i övrigt - är du varmt välkommen att höra av dig till mig
Mob: 076-109 99 49 eller berit.carlmalm@gmail.com

Läs mer om Medicinsk Yoga på min hemsida
www.berit.carlmalm.se

Varmt Välkommen!