Rozvrh Karma Yoga 1. června – 30. června 2020

	Sál	Dopoledne	Poledne	Odpoledne
Po	Budha sál	7:00 – 8:00 Jinové pondělí MARKÉTA J. • 8:05 – 9:05 Jemné probuzení JANKA LAURA •• 9:15 – 10:30 Pure hatha – otevřený kurz PAVLA	12:00 – 13:00 Poledni jóga VERONIKA ••• 14:30 – 15:30 Klidná jóga 55+ DANA • 16:00 – 16:55 Uvolnění a protažení DANA ••	17:10 – 18:25 Osvěžující jóga po práci– otevřený kurz PAVLA 18:30 – 20:00 Hormonální jógová terapie – uzavřený kurz FRÍDA 20:10 – 21:25 Spicy Vinyasa Open course in ENGLISH ROSIBEL
	Shanti sál		14:30 – 15:25 Dětičky v sítích, 6–10let – kurz ELIŠKA 15:30 – 16:25 Teenky v sítích ELIŠKA 16:35 – 17:50 Těhotenská jóga LUCIE S. 18:00 – 19:15 Jóga pro začátečníky od A–Z LUCIE S. 19:30 – 20:30 Hatha Aroma Jóga PAVLA ••	
Út	Budha sál	7:00 – 8:00 Voňavé ráno LUCIE K. •• 8:05 – 9:05 Jemná jóga PAVLA •• 9:15 – 10:30 Pure hatha – otevřený kurz PAVLA	12:00 – 13:00 Poledni hatha jóga PAVLA •• 14:30 – 15:30 Senzační senioři Dana	16:00 – 16:55 Zářivá a krásná LENKA MIA ••• 17:05 – 18:25 Vědomě s Pavlou –Otevřený kurz PAVLA 18:30 – 20:00 Spirit Flow – uzavřený kurz VERONIKA 20:10 – 21:25 Jin Jóga – otevřený kurz, ONLINE VERZE VERONIKA
	Shanti sál	8:00 – 9:00 Létající jóga– kurz DANIELA		16:00 – 16:55 Teenky v sítích RADKA 17:05 – 18:35 Akro sítě RADKA 18:40 – 19:55 Stress Away– kurz PETRA 20:00 – 21:00 Beautiful Mind PETRA •
St	Budha sál	7:00 – 8:00 Ranní jóga PAVLA •• 8:05 – 9:05 Síla středu LUCIE S. ••	12:00 – 13:00 Poledni jóga VERONIKA ••• 14.00 – 15:00 Baby jóga Lucie K. •	16:15 – 17:15 Fit jóga LENKA MIA ••• 17:25 – 18:40 Shakti Shiva Flow – otevřený kurz MARKÉTA 18:50 – 19:50 Power jóga MARUŠKA ••• 20:00 – 21:15 Chilli Vinyasa – open course in ENGLISH ROSIBEL
	Shanti sál	9:15 – 10:15 ONKO Jóga LUCIE S.		16:00 – 17:00 Klidná jóga DANA ••• 17:00 – 18:55 Teenky, 11 plus ZDENA 18:05 – 19:05 Teenky v sítích RADKA 19:15 – 20:45 Spirální jóga pro zdravá záda – kurz HANKA
Čt	Budha sál	7:00 – 8:00 Ranní jóga MARKÉTA J. •• 8:10 – 9:10 Dynamická jóga JANKA LAURA •• 10:30 – 11:30 Těhotenská jóga LUCIE S. 12:00 – 13:00 Zdravá jóga HANKA ••	14:30 – 15:30 Senzační senioři Dana	16:00 – 16:55 Záda a bříško SANDRA ••• 17:05 – 18:20 Terapeutická jóga– otevřený kurz HANA 18:30 – 20:00 Večerní hatha flow – otevřený kurz ONLINE VERZE VERONIKA 20:10 – 21:10 Soft Flow– ENGLISH OLGA •••
	Shanti sál	8:30 – 9:30 Zdravá záda– kurz RADKA		16:30 – 17:15 Jemná jóga nejen pro začátečníky LUCIE Š. 17:20 – 18:35 Hatha jóga od základů – kurz LUCIE Š. 18:40 – 19:55 Polepšovna – kurz NELA
Pá	Budha sál	7:00 – 8:00 Voňavé ráno VERONIKA •• 8:10 – 9:10 Dynamická jóga JANKA LAURA ••• 10:00 – 11:00 Jógahrátky LUCIE • 12:00 – 13:00 Poledni jóga JANA LAURA •••	16:00 – 17:00 Jemně dynamická flow KRISTÝNA •• 17:05 – 18:05 Energy Vinyasa ENGLISH KRISTÝNA •••	
	Shanti sál			
So	Budha sál	9:00 – 10:00 Power jóga KRISTÝNA ••• 10:05 – 11:05 Power jóga KRISTÝNA •••		
Ne	Budha sál			18:30– 19:30 Power jóga MARUŠKA ••• 19:35 – 20:35 Power jóga MARUŠKA •••