Ester Adèle

Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
	07:30 - 08:30 Wake Up Hatha Flow Helena Edrén	07:00 - 08:00 Golden Hour Camilla Tilly			07:00 - 22:00 MÖJLIGA WS, hela dagen, som fred & sönd (bokning minst 2 timmar). Gå in under rubriken WORKSHOPS och sedan fliken WS: fre, lö, sö Adèle (Lena) Alinder/ Ägare Ester Adèle	07:00 - 22:00 MÖJLIGA WS, hela dagen, som fred & lörd (bokning minst 2 timmar). Gå in under rubriken: WORKSHOPS och sedan fliken WS: fre, lö sö Adèle (Lena) Alinder/ Ägare Ester Adèle
	09:30 - 11:00 Mjuk Hatha/Yinyoga Anette Follinger	10:00 - 11:30 Noon Yoga Amanda Wärff		10:00 - 22:00 MÖJLIGA WS, från kl 10:00, (bokning minst 2 timmar). Gå in under rubriken: WORKSHOPS och sedan fliken WS: fre, lö, sö Adèle (Lena) Alinder/ Ägare Ester Adèle		
	11:30 - 12:45 Ashtanga Mix Bengt Johansson		15:30 - 17:00 Yoga för bensköra & andra Tirild Oftedal			
17:30 - 19:00 Gravidyoga Clara Nélzen		17:30 - 19:00 Mediyoga Helen Kåselöv	17:30 - 19:00 FUR-Gravidyoga Heidi Karikumpu			
	17:30 - 19:00 Sivananda Hatha Yoga Fredrik Binette	19:15 - 21:00 Sound Healing Sandra Ferreira	19:30 - 21:00 Ashtanga Mix Bengt Johansson			