



sahadeva
YOGA

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

live inspired, connect to your purpose



Δευτέρα Monday	Τρίτη Tuesday	Τετάρτη Wednesday	Πέμπτη Thursday	Παρασκευή Friday	Σάββατο Saturday
10.30 – 11.45 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2 Βέρα	10.30 – 11.45 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2 Νίκος	10.30 – 11.45 VINYASA YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Νίκος	10.30 – 11.45 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2 Βέρα	10.30 – 11.45 VINYASA YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Νίκος	10.30 – 11.45 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2 Βέρα
					12.00 – 13.00 AERIAL YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2-3 Αναστασία
		17.00 – 18.00 AERIAL YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2-3 Αναστασία		17.00 – 18.00 AERIAL TEENS Studio Επίπ/Lev 1-2-3 Τερέζα	
18.00 – 19.00 AERIAL BASICS Studio Επίπ/Lev 1-2 Βέρα	18.00 – 19.00 VINYASA YOGA Studio & Online Επίπ/Lev 2-3 Εύη	18.00 – 19.00 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1 Βέρα	18.00 – 19.00 VINYASA YOGA Studio & Online Επίπ/Lev 2-3 Εύη	18.15 – 19.30 HATHA YOGA & SOUND HEALING Studio Επίπ/Lev 1-2 Εύη	
19.15 – 20.15 HATHA YOGA Studio Επίπ/Lev 1-2 Μαρία	19.15 – 20.15 HATHA YOGA Studio & Online Επίπ/Lev 1-2 Εύη	19.15 – 20.15 VINYASA YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Αναστασία	19.15 – 20.15 HATHA YOGA Studio & Online Επίπ/Lev 1-2 Εύη		
20.30 – 21.45 VINYASA YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Εύη	20.30 – 21.30 AERIAL YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Αναστασία	20.30 – 21.45 HATHA YOGA & YOGA NIDRA Studio Επίπ/Lev 1-2 Εύη	20.30 – 21.45 ASHTANGA YOGA Studio Επίπ/Lev 2-3 Αναστασία		

Λ.Περικλέους 20, Χολαργός | Τηλ: 211 216 8603, 6980651189 | www.sahadevayoga.com

Επίπεδο 1: Για όσους ξεκινούν τώρα την πρακτική της γιόγκα και για αυτούς που επιθυμούν να απολαύσουν μία ήπια πρακτική.

Επίπεδο 2: Για όσους διαθέτουν μία σχετική εμπειρία στη γιόγκα ή ασκούνται συστηματικά.

Επίπεδο 3: Περισσότερο απαιτητική πρακτική με προχωρημένες asana και ακολουθίες. Ιδανική για όσους ασκούνται συστηματικά στη γιόγκα για περισσότερο από 6 -12 μήνες.

- Μαθήματα που **δεν πραγματοποιήθηκαν** εντός της περιόδου ισχύος της εκάστοτε συνδρομής/πακέτου **δεν μεταφέρονται** στον επόμενο μήνα.

- Για το μάθημα της **Aerial Yoga απαιτείται ηλεκτρονική κράτηση θέσης** (www.sahadevayoga.com) η οποία μπορεί να ακυρωθεί **έως 24 ώρες πριν το μάθημα**. Σε περίπτωση ακύρωσης σε διάστημα μικρότερο των 24 ωρών ή μη εμφάνιση, χρεώνεται ως μάθημα της συνδρομής σας. Η διαχείριση της κράτησής σας γίνεται αποκλειστικά μέσω της ηλεκτρονικής πλατφόρμας και με κανένα άλλο τρόπο (π.χ. τηλεφωνικά).