



BRYGGYOGA

Välkommen på Bryggyoga i sommar!

Fyll på med härlig energi & naturens läkande kraft på sommarens Bryggyoga i magiskt vacker miljö vid The Old Smokehouse i Lännersta.

Vi gör dynamisk yoga med varierade rörelser och synkronisering av andning, rörelse och fokus. En vitaliserande klass som ger styrka, flexibilitet, energi och balanserar kropp & sinne, .

Frukostpaket finns att köpa efter yogan.

Alla är välkomna - nybörjare såväl som van yogi!

OBS! Vid regn ställs Bryggyogan in.

NÄR?

Söndagar kl 9.00-10.15

15 juni, 29 juni, 10 augusti, 17 augusti

VAR?

Bryggan nedanför restaurangen vid The Old Smokehouse, Smedsuddsvägen 1, Lännersta

PRIS?

Yoga Drop-in: 250 kr | **Frukostpaket:** 95 kr

Betalning via Swish/QR-kod på plats.

LÅNA YOGAMATTA

Ta med egen eller boka lånematta senast 1 dag innan: reception@varmdoyogacenter.se



www.varmdoyogacenter.se | [@varmdo_yogacenter](https://www.instagram.com/varmdo_yogacenter)

THE OLD
SMOKEHOUSE
EST. 2015

www.theoldsmokehouse.se | [@theoldsmokehouse](https://www.instagram.com/theoldsmokehouse)