

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
	07:15-07:45 אשטגה מייסור תרגול עצמי	07:15-07:45 אשטגה מייסור תרגול עצמי	07:15-07:45 אשטגה מייסור תרגול עצמי	07:15-07:45 אשטגה מייסור תרגול עצמי	07:15-07:45 אשטגה מייסור תרגול עצמי
08:30-10:00 אשטגה מודרך Led Primary מאיה ג.	07:45-10:00 אשטגה מייסור כל הרמות - מאיה <u>גם מתחילים!</u>	07:45-10:00 אשטגה מייסור כל הרמות - מאיה <u>גם מתחילים!</u>	07:45-10:00 אשטגה מייסור כל הרמות - מאיה <u>גם מתחילים!</u>	07:45-10:00 אשטגה מייסור כל הרמות - מאיה <u>גם מתחילים!</u>	07:45-10:00 אשטגה מייסור כל הרמות - מאיה <u>גם מתחילים!</u>
	10:15-15:00 קורס מורים ליוגה שנה א' <u>לחצו לפרטים</u> פתיחה בתחילת נובמבר			10:15-15:00 קורס מורים ליוגה שנה ב' <u>לחצו לפרטים</u> פתיחה בתחילת נובמבר	<b>שימו לב -</b> בשיעורי מייסור מתחילים מתרגלים 45-60 דקות בלבד! <b>הגעה גמישה בתיאום!</b>
	19:00-20:15 אשטגה מודרך מאיה ק. רמה 1-2	<b>שיעור חדש</b> <b>בקרוב!</b>	19:30-20:45 אשטגה מודרך נעמי רמה 1-2		