

# Golfyoga med Anna

För Dig som vill få ett personligt yogapass och vill:

- Öka din slaglängd styrka/flexibilitet/rörlighet
- Få bättre svingkontroll bättre balans i din kropp
- Lättare hitta ditt fokus mentalt genom ditt andetag

**Kurs**      **Yoga – 3 eller 5 tillfällen a 70min**      **Pris:** 595 kr / 995kr

**Kurs 1**      Datum: 20/2, 27/2, 6/3      Tid: 11.00-12.10

**Kurs 2**      Datum: 13/3, 20/3, 27/3, 3/4, 10/4      Tid: 11.00-12.10

**Kurs 3**      Datum: 20/2, 6/3, 20/3, 27/3, 3/4      Tid: 19.45-20.55

(Går även betala 250kr/pass )

**Antal:**      6-10 personer

**Golf och yoga - 3h per tillfälle**      **Pris:** 795 kr( inkl fika)

**Kurs 1**      Datum: 17/2      Tid: 13.30-16.30

**Kurs 2**      Datum: 17/3      Tid: 10.00-13.00

**Antal:**      6-8 personer. Först till kvarn!

**Vem?**      Van eller ovan yogi, det spelar ingen roll. Alla är välkomna och Du yogar på din nivå och blir ännu mer medveten om din kropp.

**Bokning**      [Anmäl dig till kurser här!](#)

**Betalning**      **Öjared Golfshop**  
Alternativt via bankgiro  
**Unified Golf AB, bg 5992-1718.**  
Märk betalningen med ditt namn, kurs och startdatum.

**Frågor?**      Ring eller [maila Anna](mailto:annasmberglund@gmail.com) på 0708-418491 - [annasmberglund@gmail.com](mailto:annasmberglund@gmail.com)

**Välkommen!**