

# YOGA ASKER

Vi inviterer til Yoga kurs 18+  
Asker Yoga Shala,  
ONSDAGER 17.30-19.00  
første dag 29.10.25



Få hjelp til å finne din indre ro og verktøy for å få  
bedre avspenning.

Kurset går over 8 kvelder 17.30-19.00

Yin/mindfulness Yoga

Pris medlem 800kr/ ikke medlem 2650kr

Påmelding sendes til: [akershus@adhdnorge.no](mailto:akershus@adhdnorge.no)

Husk navn, tlf og alder

Påmeldingsfrist 22.10.25 og plass blir tildelt.