

# Afspænding på langs for alle

## Gravid yoga

### Ugeplan

- af Vivi Korn og  
Maria Lundgaard



# Afspænding & yoga



Programmer



Om



Ugeplan



Nordisk Yoga

# Om afspænding



**Programmer**



**Om**



**Ugeplan**



**Nordisk Yoga**

# Ugeplan



**Programmer**



**Om**



**Ugeplan**



**Nordisk Yoga**

# Nordisk Yoga



**Programmer**



**Om**



**Ugeplan**



**Nordisk Yoga**

