

# TRÄNA PÅ DINA VILLKOR

## AKTIVITETSSCHEMA

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
<b>Vecka 18</b>		<b>Intro-föreläsning</b> 18:00-19:00		<b>Yoga/mindfulness</b> 18:00-18:40			<b>Träning</b> 10:00-10:40
<b>Vecka 19</b>		<b>Yoga/mindfulness</b> 18:00-18:40		<b>Föreläsning tema</b> MOTIVATION 18:00-19:00			<b>Onlinefika</b> 19:00-19:40
<b>Vecka 20</b>		<b>Yoga/mindfulness</b> 18:00-18:40		<b>Föreläsning tema</b> KOST 18:00-19:00			<b>Träning</b> 10:00-10:40
<b>Vecka 21</b>		<b>Föreläsning tema</b> STRESS-HANTERING 18:00-19:00		<b>Yoga/mindfulness</b> 18:00-18:40		<b>Träning</b> 10:00-10:40	
<b>Vecka 22</b>		<b>Yoga/mindfulness</b> 18:00-18:40		<b>Träning</b> 18:00-18:40			
<b>Vecka 23</b>				<b>Träning</b> 18:00-18:40			<b>Onlinefika</b> 19:00-19:40