

Travanj		
Subota	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje

Svibanj		
Subota	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje

Lipanj		
Utorak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
Srijeda	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
Četvrtak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
Subota	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela

Srpanj		
Utorak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
	9:30 – 10:30	SUP joga
Srijeda	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
Četvrtak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
	9:30 – 10:30	SUP joga
Petak	17:00 – 18:00	Zvučna kupka gongom
Subota	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
	9:30 – 10:30	SUP joga

Kolovoz		
Utorak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
	9:30 – 10:30	SUP-joga
Srijeda	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
Četvrtak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
	9:30 – 10:30	SUP joga
Petak	17:00 – 18:00	Zvučna kupka gongom
Subota	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
	9:30 – 10:30	SUP joga

Rujan		
Utorak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
Srijeda	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela
Četvrtak	8:00 – 9:15	Buđenje kralježnice
Subota	8:00 – 9:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	8:00 – 9:00	Hatha Flow – usklađivanje tijela

Listopad		
Subota	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje
Nedjelja	9:00 – 10:15	Hatha Flow – usklađivanje tijela i disanje za smirenje

Opisi:	
Hatha joga	Položaji Hatha joge smisleno su povezani u niz s ciljem stimulacije čišćenja tijela (fizičkog i psihičkog) i naglašavanjem linija energije u svakom položaju.
Buđenje kralježnice	Jogijski položaj (asana) i tehnika disanja (pranayama i kriya) koji bude energiju uz kralježnicu.
Disanje za smirenje	Naglasak je na svjesnom disanju i upotrebi određenih tehnika za ulazak u meditativno stanje uma.
Zvučna kupka gongom	Rezultat zvučne kupke gongom stanje je u kojem uživamo u valovima mira, povećane svijesti i dubokog opuštanja uma, tijela i duha. Vrijeme stoji dok ulazite u svijet vibracija, osjeta i iskustava.