

Horario de las sesiones a partir de 26 de OCTUBRE



INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
7.25	8.25				MORNING YOGA Barbara			
10.15	11.15	HATHA Marta	IYENGAR I Ricardo	YOGA INTEGRAL Ana Luiza	RESTAURATIVO Xochitl			
11.00	12.00							VINYASA Martina
11.30	12.30		RESTAURATIVO Marta			INTROD. YOGA Eli	HATHA Bárbara/Ricardo	
14.15	15.10				SLOW VINYASA Marta			
15.15	16.10	VINYASA I Marta						
17:00	18:00	INTROD. YOGA Marta			HATHA BÁSICO Martina			
17.30	18.30		VINITA YOGA Xochitl	INSP.IYENGAR Ricardo		HIPOPRESIVOS** Marta 45'		
18:00	19:00	HATHA I Mery			SLOW VINYASA Martina			
18:30	19:25					KUNDALINI Brenda 75'	HATHA Bárbara	
18.45	19.45		POWER YOGA Xochitl	DHARMA Svilena				
19.00	20.00	HATHA II Mery			CORE VINYASA Martina			
19:30	20.25							
20.00	21.00	VINYASA Mery	YOGUILATES Xochitl	HATHA Marta	YIN YOGA Marta	PRANAYAMA Y MEDITACIÓN*** Brenda		

*** Las clases se realizarán EL SEGUNDO VIERNES DE CADA MES

** Es necesario realizar un TALLER DE INICIACIÓN

Recuerda! Es necesario reservar plaza: <http://reservas.yogaone.es>

Iniciación/Multi nivel	Intermedio	Avanzado
------------------------	------------	----------

