

|                                            |                                                       |                                                      |                                                         |                                             |                                      |                                         |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|
| <div>LU</div>                              | <div>MA</div>                                         | <div>MI</div>                                        | <div>JU</div>                                           | <div>VI</div>                               | <div>SA</div>                        | <div>DO</div>                           |
|                                            | 8:00 – 9:00<br>SLOW VINYASA<br>Mari<br>Ingles/Español | 8.00 – 9:00<br>ASHTANGA<br>Carla                     | F<br><br>E<br><br>S<br><br>T<br><br>I<br><br>V<br><br>O | 8:30 – 9:15<br>MEDITACIÓN**                 |                                      |                                         |
| 9:15 -10:15<br>YIN YOGA<br>Risard          | 9:15-10:30<br>HATHA II<br>Marta                       | 9:15 – 10:30<br>DHARMA*<br>Marta                     |                                                         | 9:15 – 10:30<br>HATHA Alineación            | 9:00 – 10:00<br>HATHA<br>Rotación    |                                         |
|                                            | 17.15 – 18:15<br>INTRO AL YOGA<br>Noelia              | 10:30 – 12:00<br>Epacio de<br>autopráctica<br>Sala 2 |                                                         | 10:35 – 11:35<br>YIN YOGA<br>Bárbara        | 10:15 – 11:30<br>VINYASA<br>Rotación | 10:15 – 11:30<br>POWER YOGA<br>Rotación |
|                                            |                                                       |                                                      |                                                         |                                             |                                      |                                         |
| 14:15 – 15:15<br>HATHA RAJA<br>Valentina * | 14:15 – 15:15<br>VINYASA<br>Samuel                    | 14:15 – 15:15<br>HATHA I-II<br>Valentina             |                                                         | 14:15 – 15:15<br>SLOW VINYASA<br>Samuel     |                                      |                                         |
|                                            |                                                       |                                                      |                                                         |                                             |                                      |                                         |
| 17:15 – 18:15<br>MIO YIN YOGA<br>Bárbara   | 17:30 -18.20<br>KIRTAN**<br>Marta                     | 17:15 – 18:15<br>YOGA PILATES<br>Samuel              |                                                         | 17:00 – 18:00<br>Espacio de<br>autopráctica |                                      |                                         |
| 18:20 – 19:30<br>HATHA II *<br>Marta       | 18:15 – 19:30<br>VINYASA<br>Samuel<br>***con kriya    | 18:15 -19:15<br>YIN YOGA<br>Risard                   |                                                         | 18:15 – 19:30<br>HATHA RAJA<br>Johanna      |                                      |                                         |
| 19:45 – 21:00<br>ASHTANGA<br>Carla         | 19:45 – 20:45<br>HATHA VINYASA<br>Johanna             | 19.40-20.45<br>HATHA - RAJA*<br>Marta                |                                                         |                                             |                                      |                                         |

Por favor intenta llegar 10 minutos antes de la clase para que puedas estar listo sin prisas, ya que no se permite la entrada una vez que comienza la clase.  
\*Clases con música en vivo.  
\*\*Clases gratuitas abiertas a todo el mundo

INTENSIDADES

NIVEL  
AVANZADO

INTENSIDAD  
MEDIA

INTENSIDAD  
BAJA

INICIACIÓN