

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
8:00 - 9:00 ASHTANGA Risard	8:00 - 9:00 SLOW VINYASA Mari	8:00 - 9:00 ASHTANGA Carla	8:00 - 9:00 VINYASA Mari		8:30 - 9:15 MEDITACIÓN Alvise SALA 2 △	
9:15 - 10:30 YIN YOGA Risard	9:15 - 10:30 SIVANANDA Rochelle	9:15 - 10:30 VINYASA Mari	9:15 - 10:30 DHARMA* Giulia	9:15 - 10:30 HATHA RAJA Alvise	9:00 - 10:00 HATHA Carla / Johanna	
	10:30 - 11:30 INTRODUCCIÓN AL YOGA* Giulia		11:30 - 12:45 SIVANANDA Rochelle	10:30 - 11:30 YIN YOGA Bárbara	10:15 - 11:30 VINYASA Carla / Johanna	10:15 - 11:30 POWER YOGA Mari / Risard
12:00 - 13:45 Autopráctica	11:30 - 13:45 Autopráctica	12:00 - 13:45 Autopráctica		12:00 - 13:45 Autopráctica		
14:15-15:15 HATHA RAJA Valentina	14:15-15:15 VINYASA Samuel	14:15-15:15 HATHA RAJA Valentina	14:15-15:15 VINYASA Samuel	14:15-15:15 SLOW VINYASA Johanna		
	15:30 - 17:00 Autopráctica	15:30 - 17:00 Autopráctica	15:30 - 17:00 Autopráctica	15:30 - 16:30 Autopráctica		
17:15 - 18:15 YIN YOGA Bárbara	17:15 - 18:15 YOGA INTEGRAL Noelia	17:15 - 18:15 YIN YOGA Bárbara	17:15 - 18:15 INTRODUCCIÓN AL YOGA Noelia			
18:15 - 19:30 HATHA RAJA* Giulia	18:15 - 19:30 DHARMA Alvise	18:15 - 19:30 VINYASA Bárbara	19:00 - 19:40 YOGA NIDRA* Giulia SALA 2	18:15 - 19:30 HATHA Noelia	18:15 - 19:30 HATHA RAJA Johanna	
19:45 - 21:00 ASHTANGA Carla	19:45 - 20:45 VINYASA Johanna	19:45 - 20:45 HATHA RAJA* Giulia	19:45 - 21:00 ASHTANGA Carla			
	19:30 - 20:15 MEDITACIÓN Alvise SALA 2 △					

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 comienza la clase.
*Clases con música en vivo.
△ Clases abiertas a todos los socios sin importar su tarifa.

NIVEL DE LAS CLASES

NIVEL AVANZADO

NIVEL INTERMEDIO

TODOS LOS NIVELES

INICIACIÓN