YogaOne

HORARIO
YogaOne Lavapies
Desde el 21 de Abril de 2025

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
9:15 - 10:15 **ALINEACIÓN** Alba		9:15 - 10:15 **VINYASA I-II** Daniel		9:15 - 10:15 **ALINEACIÓN II** Angel		
			10:15 - 11:15 **RESTAURATIVO** Daniel		10:00 - 11:00 **HATHA I-II** Mafer/Nicola	
	11:30 - 12:30 **KUNDALINI** Estelle				11:00 - 11:30 **MEDITACIÓN** Mafer/Nicola	11:00 - 12:00 **VINYASA I-II** Alba/Carlos
					11:45 - 12:45 **VINYASA** Mafer/Nicola	
14:15 - 15:30 **ASHTANGA** Angel	14:15 - 15:15 **ROCKET** Luis	14:15 - 15:15 **HATHA I** Alba	14:15 - 15:15 **VINYASA** Juliana	14:15 - 15:30 **ASHTANGA II** Angel		
		17:15 - 18:15 **HATHA VINYASA** Anna				
18:15 - 19:15 **SIVANANDA** Carlos	18:15 - 19:15 **HATHA I-II** Nicola	18:30 - 19:40 **ASHTANGA II** Anna	18:15 - 19:15 **POWER YOGA** Daniel	18:30 - 19:30 **HATHA VINYASA** Carlos		
19:25 - 20:25 **HATHA VINYASA** Sara	19:25 - 20:25 **GRAVITY** Oliva		19:25 - 20:25 **HATHA I-II** Eduardo			
20:35 - 21:35 **VINYASA I-II** Sara	20:35 - 21:35 **POWER YOGA** Oliva	20:00 - 21:00 **YIN YOGA** Lucrecia	20:35 - 21:35 **VINYASA FLOW** Jesús			

INTENSIDADES	INTENSIDAD ALTA	INTENSIDAD MEDIA	INTENSIDAD BAJA