YogaOne

HORARIO
YogaOne Legazpi
2025

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
9:30-10:30 **HATHA** Ángel	9:30-10:30 **KUNDALINI** Estelle	9:30-10:45 **INTRO ASHTANGA** Ángel	9:30-10:30 **HATHA VINYASA** Daniella	9:30-10:30 **YIN-YOGA** Sonia		
					10:00-11:00 **VINYASA** Daniella / Marco	
					11:10-12:10 **YOGA RESTAURATIVO** Daniella/Marco	11:00 -12:00 **HATHA** Sergio / Sol
	14:15-15:15 **HATHA** Margarita	14:15 - 15:15 **YOGUILATES** Sole	14:15-15:15 **VINYASA** Miguel			
17:00 - 18:00 **GRAVITY** Elena			17:00 - 18:00 **GRAVITY** Elena	17:00 - 18:00 **GRAVITY** Elena		
18:15 - 19:15 **HATHA VINYASA** Camilla	18:15 - 19:15 **RESTAURATIVO** Margarita	18:15 - 19:15 **HATHA** Camilla	18:15 - 19:15 **HATHA VINYASA** Sol	18:15-19:15 **SLOW VINYASA** Daniella		
19:25-20:25 **YOGA CORE** Sergio	19:25-20:25 **HATHA** Margarita	19:25-20:25 **YOGA CORE** Marco	19:25-20:25 **YIN YOGA** Sol			
20:35 - 21:35 **YIN YOGA** Sergio	20:35 - 21:35 **INTRO ROCKET** Miguel	20:35 - 21:35 **RESTAURATIVO** Marco	20:35 - 21:35 **INTRO ROCKET** Miguel			

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en yogaone.es/legazpi

Por favor llegar 10 minutos antes de la clase para que puedas estar listo(a) sin prisas. No se permite el acceso después del inicio de la clase, te esperamos en la siguiente sesión.

INTENSIDADES	NIVEL AVANZADO	INTENSIDAD MEDIA	INTENSIDAD BAJA	INICIACIÓN