

LU

MA

MI

JU

VI

SA

DO

	7:30-8:30 ASHTANGA Silvia		7:30-8:30 ASHTANGA Silvia			
				9:00-9:30 MEDITACIÓ Montse		
9:30-10:30 PILATES Silvia	9:30-10:30 SIVANANDA Eva	9:15-10:15 HATHA Montse	9:30-10:30 VINYASA Eva	9:30-10:30 HATHA Montse	10:00-11:00 HATHA VINYASA Mayra	
	10:45-11:45 VINYASA Eva		10:45-11:45 ESQUENA SANA Andrea			10:30-11:30 IOGA DINÀMIC (Vinyasa) Eva
	14:30-15:30 VINYASA Eva		14:30-15:30 HATHA VINYASA Andrea			
17:15-18:15 HATHA VINYASA Andrea	17:15-18:15 IOGA ALINEACIÓ Mayra	17:15-18:15 BARRE Silvia	17:15-18:15 VIN TO YIN Andrea	17:15-18:30 KUNDALINI Montse		
18:30-19:30 VIN TO YIN Andrea	18:30-19:30 DHARMA Mayra	18:30-19:30 HATHA VINYASA Eva	18:30-19:45 HIPOPRESSIUS + PILATES Montse	18:45-19:45 VINYASA / INTRO ROCKET (Rotatiu) Mayra		
20:00-21:00 BARRE Silvia	20:00-21:00 D-GRAVITY Carolina	20:00-21:00 YIN YOGA Inma	20:00-21:00 IOGA INTEGRAL Mayra			

INTENSITAT

SUAU
(1)

MODERADA
(2)

ALTA
(3)