

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		8:00 - 9:00 HATHA VINYASA León				
			9:15 - 10:15 SLOW VINYASA Laren	9:15 - 10:15 SIVANANDA Jesús		
10:00 - 11:10 YOGA ALINEACIÓN León					10:30 - 11:30 VINYASA I-II León	10:30 - 11:30 HATHA I-II Laren
					11:45 - 12:15 MEDITACIÓN León	11:45 - 12:45 ROCKET Laren
	14:15 - 15:15 ASHTANGA Lucía		14:15 - 15:15 HATHA II Lucía			
18:15 - 19:15 VINYASA I-II León		18:30 - 19:45 ROCKET YOGA Laren		17:00 - 18:00 KUNDALINI Isabel		
19:25 - 20:25 HATHA I León	19:25 - 20:25 POWER YOGA Mónica		19:25 - 20:25 GRAVITY II Bea	18:15 - 19:15 INTRO ASHTANGA Mónica		
	20:35 - 21:35 HATHA I-II Mónica	20:00 - 21:00 HATHA I-II Laren	20:35 - 21:35 HATHA VINYASA León			

INTENSIDADES

INTENSIDAD
ALTA

INTENSIDAD
MEDIA

INTENSIDAD
INICIACIÓN