

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
7:15 - 8:15 HATHA Chakra		7:15 - 8:15 VINYASA Chakra		7:15 - 8:15 HATHA Alejandra		
9:15 - 10:15 YIN YOGA Marta R/Marta L		9:15 - 10:15 HATHA Marta L.	9:15 - 10:15 YOGA FUERZA Marta R.	09:15 - 10:15 INTROD YOGA Alejandra T.		
					10:00 - 11:00 HATHA Elvira	10:00 - 11:00 VINYASA Lidia/Delfina
	10:30 - 11:30 YOGA INTEGRAL Mari		10:30 - 11:30 RESTAURATIVO Marta R		11:05 - 12:05 VINYASA Elvira	11:05 - 12:05 HATHA Lidia/Delfina
14:15 - 15:15 HATHA Alejandra		14:15 - 15:15 YOGUILATES Mari				
	17:00-18:00h Yoga Aéreo Kids Alejandra	17:00 - 18:00 INTROD. YOGA Eva				
				17:30 - 18:30 POWER YOGA Lidia		
18:00 - 19:00 YOGUILATES Mari	18:00 - 19:00 ALINEACIÓN Eva Mir	18:00 - 19:00 BASIC HATHA Jacobo	18:00 - 19:00 YIN YOGA Risard			
				18:35 - 19:35 HATHA - VINYASA Delfina		
19:05 - 20:05 VINYASA Mari	19:05 - 20:05 VINYASA FLOW Agus	19:05 - 20:05 ROCKET Jacobo	19:05 - 20:05 JIVAMUKTI** Risard			
20:10 - 21:10 YIN YOGA Tina	20:10 - 21:10 HATHA M Rovira	20:10 - 21:10 YOGUILATES Tina				

Recuerda reservar tu clase y o cancelar si no puedes asistir: <https://reservas.yogaone.es>

Por favor llegar 5 minutos antes de la clase para que puedas estar listo sin prisas.

Mail: pl.molina@yogaone.es Siguenos en RRSS @yogoneplmolina

INTENSIDADES

NIVEL
AVANZADO

INTENSIDAD
MEDIA

MULTINIVEL

INTENSIDAD
BAJA