

DL	DT	DC	DJ	DV	DS	DG
9:30-10:30 HATHA Mireia	09:30 - 10:30 FLOW YOGA (VINYASA) Katrin	09:30-10:30 YOGA PROFUNDO Mireia	09:30-10:30 RESTAURATIU Katrin	09:30-10:30 SLOW FLOW YOGA Daniela	9:00-10:00 HATHA Javi/ katrin	9:00-10:00 HATHA Javi/ katrin

17:30 – 18:30 YOGUILATES Anouk	18:00-19:00 RESTAURATIVO Daniela	17:30 – 18:30 POWER YOGA Emilio	18:00-19:00 HATHA Aina	17:30 – 18:30 INTRO AL IOGA Jessica		
19:00 – 20:00 GRAVITY Anouk	19:30 – 20:30 FLOW YOGA Daniela	19:00 – 20:00 KUNDALINI Yulia	19:15 – 20:30 ASHTANGA Aina	19:00 – 20:00 YOGA PROFUNDO Jessica		

Recorda que els dies festius no hi haurà classe. Els horaris poden canviar cada mes. Consulta'ls actualitzats a yogaone.cat/rubi
No arribis amb més de 10min d'antel.lació a les classes, però recordem que no és permesa l'entrada una vegada començada la classe.
Cal reservar en el programa de reserva per venir a totes les classes: reservas.yogaone.es Les classes son en català i castellà (indicat al programa de reserves)

Trobaràs la informació de cada estil de ioga i els seus beneficis a la web de YogaOne: <https://www.yogaone.es/blog/conoce-los-principales-estilos-del-yoga-y-sus-beneficios/>
Atenció al client YOGAONE RUBÍ I: dilluns, dimarts, dimecres i divendres de 16:30h a 20:30h dijous de 9:30h a 13:30h. **93 742 74 18 / rubi@yogaone.es**