

[illegible]

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en yogaone.es/sabadell
Por favor llegar 10 minutos antes de la clase para que puedas estar listo sin prisas. No se permite la entrada una vez comenzada la clase.

RESERVA PREVIA* Clases con asterisco: reserva previa obligatoria

Se puede encontrar la información de cada estilo de yoga y sus beneficios en la web de YogaOne, aquí <https://www.yogane.es/blog/conoce-los-principales-estilos-del-yoga-y-sus-beneficios/>

INTENSIDADES

**INTENSIDAD
ALTA**

INTENSIDAD
MEDIA

**INTENSIDAD
BAJA**

INICIACIÓN