YogaOne

HORARIO
YogaOne Sabadell
21 al 27 de ABRIL

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		9:30-10:30 **(2) HATHA** Jeny	9:30-10:30 **(1)YOGA BARRE** Conchita	9:30 – 10:30 **(2) YIN YOGA** Jeny		
					10:15-11:15 **(2) HATHA** Jeny	10:30-11:30 **(2) KUNDALINI** Rachel
					11:20-12:20 **D-GRAVITY II Jeny	
				16:30 – 17:30 **(2) YIN YOGA** Jeny		
	17:45 – 18:45 **(2) YOGA INTEGRAL** Samuel		18:00-19:00 **(2)KUNDALINI** Jordi			
		18:00-19:00 **(2)HATHA RAJA** Melania	**18:00-19:00 **(1)YOGA BARRE** Conchita	17:45-18:45 **(2)VINYASA** Jeny		
	18:50-19:50 **(1)HATHA** Samuel	18:30-19:30 **(1) YOGA CORE** Conchita				
		19:15 – 20:15 **(2)YIN YOGA** Melania	19:15 - 20:15 **(2) DHARMA** Melania	**18:45-19:45 **(1)GRAVITY I** Jeny		
	19:00-20:00 **(2)JIVAMUKTY** Katrin	**19:30-20:30 **(1)GRAVITY I** Conchita	**19:35-20:35 **(1)YOGA BARRE** Conchita			
	20:00 – 21:00 **(2) YIN YOGA** Katrin					

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*

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

INTENSIDADES	NIVEL AVANZADO	INTENSIDAD MEDIA	INTENSIDAD BAJA	INICIACIÓN