

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			7:30-8:30 HATHA Chakra			
	09:15-10:15 HATHA I-II Luis			9:15-10:15 INTRO YOGA Fernanda G.		
10:15-11:15 RESTAURATIVO Leticia		10:15-11:15 KUNDALINI Leticia	10:15-11:15 RESTAURATIVO Leticia		10:15-11:15 HATHA Fer M./Chakra	10:15-11:15 HATHA Jacobo
					11:30-12:30 VINYASA II Fer M./Chakra	11:30-12:30 ROCKET Jacobo
14:15-15:15 INSPIRED IYENGAR Chakra	14:15-15:15 HATHA-VINYASA Wanda	14:15-15:15 HATHA Guillem	14:15-15:15 VINYASA Jacobo			
				15:30-16:30 VINYASA Fernada G.		
17:30-18:30 INTRO YOGA Eva	17:00-18:00 YIN YOGA Fernanda G.		17:00-18:00 * EMBARAZADAS	17:00-18:00 MEDITACION Leticia		
18:30-19.45 ROCKET Eva	18:15-19:15 HATHA Fernanda G.	18:15-19:15 INTRO YOGA Wanda	18:15-19:15 VINYASA Fernanda M.	18:15 - 19:15 INTRO YOGA Gabriela		
	19:30-20:30 VINYASA Fernanda G.	19:30-20:30 YOGUILATES Wanda	19:20-20:20 RESTAURATIVO Fernanda M.	19:30-20:30 HATHA Gabriela		
20:00-21:00 RESTAURATIVO Eva	20:40-21:40 KUNDALINI Leticia		20:30-21:30 D-GRAVITY* Nohe			

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en yogaone.es/sagradafamilia y en Instagram [@yogaonesagradafamilia](https://www.instagram.com/yogaonesagradafamilia). 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. * Para las clases de D-GRAVITY por favor realiza una reserva con antelación durante las 24 horas antes de la clase, llamando dentro del horario de atención al cliente... ** Para las clases de EMBARAZADAS por favor consultar recepción del centro 937427402.

INTENSIDADES

NIVEL
AVANZADO

INTENSIDAD
MEDIA

INTENSIDAD
BAJA

INICIACIÓN