

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
9:15 - 10:30 HATHA YOGA (YOGA EQUILIBRANTE) Gabriela		9:15-10:15 YOGUILATES María Amargós		9:30 - 10:30 YIN YOGA (YOGA PROFUNDO) María Amargós		
			10:15-11:15 YIN YANG YOGA Carmen		10:00-11:15 HATHA-VINYASA (YOGA DINÁMICO) María Amargós/ Maryna	
	11:00-12:00 YOGA RESTAURATIVO Mirella					11:00-12:15 HATHA YOGA (YOGA EQUILIBRANTE) Raúl/Gabriela
14:15 - 15:15 YOGA FUERZA Lucía	14:15 - 15:15 HATHA-VINYASA (YOGA DINÁMICO) María Amargós		14:15-15:15 YOGUILATES Lucía			
17:30 - 18:30 YOGA AÉREO Carmen						
18:30 - 19:30 VINYASA (FLOW YOGA) Carmen	18:15 - 19:15 HATHA YOGA (YOGA EQUILIBRANTE) Raúl	18:30-19:30 HATHA-VINYASA (YOGA DINÁMICO) Maryna	18:15-19:15 YIN YANG YOGA María Amargós	18:00-19:00 VINYASA (FLOW YOGA) Esther		
19:30 - 20:30 HATHA FLOW SUAVE (SLOW YOGA) Mirella	19:15 - 20:15 POWER YOGA Esther	19:30 - 20:30 YOGA RESTAURATIVO Mirella	19:15-20:15 YOGA CORE Maryna			
20:30-21:30 YIN YOGA (YOGA PROFUNDO) Mirella						

INTENSIDADES

NIVEL
AVANZADO

INTENSIDAD
MEDIA

INTENSIDAD
BAJA

INICIACIÓN