

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		07:30 - 08:30 INTRO ASHTANGA Lucía				
9:30-10:30 YIN FLOW YOGA PROFUNDO Raquel	9:30-10:30 SLOW VINYASA SLOW YOGA Mónica R.		9:30-10:30 VINYASA FLOW YOGA Paula	9:30-10:30 HATHA YOGA EQUILIBRANTE Arancha		
		10:00-11:00 YOGUILATES Arancha			10:00-11:00 VINYASA YOGA DINÁMICO Naty/Paula	
						11:00 -12:00 HATHA VINYASA YOGA DINÁMICO Alejandra/Flavia
14:15-15:15 HATHA YOGA EQUILIBRANTE Raquel			14:15-15:15 POWER YOGA Naty			
				15:30-16:30 YOGUILATES Paula		
18:15 - 19:15 HATHA VINYASA YOGA DINÁMICO Yaiza	18:15 - 19:15 INTRO ASHTANGA Naty	18:15 - 19:15 YIN FLOW YOGA PROFUNDO Raquel	18:15 - 19:15 VINYASA FLOW YOGA Naty	18:15 - 19:30 HATHA-MEDITACIÓN YOGA EQUILIBRANTE Alejandra		
19:25-20:25 INTRO ROCKET Yaiza	19:25-20:25 HATHA FLOW FLOW YOGA Flavia	19:25-20:25 VINYASA FLOW YOGA Alejandra	19:25-20:25 YOGA RESTAURATIVO Mónica P.			
20:35 - 21:35 YOGA RESTAURATIVO Raquel	20:35 - 21:35 YOGUILATES Paula	20:35 - 21:35 YANG YIN YOGA DINÁMICO Alejandra				

* En el caso de que las circunstancias lo requieran el horario podría verse afectado de alguna modificación previamente a la apertura del centro.

INTENSIDADES

INTENSIDAD ALTA

INTENSIDAD MEDIA

INTENSIDAD MODERADA

INTENSIDAD BAJA