

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
9:15-10:15 HATHA Tina	9:15-10:15 YOGA SCULPT Alejandra T.	9:15-10:15 BARRE SCULPT Miriana	9:15-10:15 VINYASA Alejandra T	9:15-10:15 YIN YOGA Tina		
					10:00-11:00 HATHA Alejandra T.	10:00-11:00 VINYASA Alessandra./ Tina
		10:30-11:30 YOGA RESTAURATIVO Miriana				
	14:15-15:15 HATHA Tina		14:15-15:15 HATHA Marta R.			
				16:00-17:00 YOGA SCULPT Marta R.		
	17:30-18:30 YOGA ALINEACIÓN Josuel			17:30-18:30 YIN YOGA Marjo		
18:00-19:00 YOGA EQUILIBRANTE Tina			18:00- 19:00 BARRE SCULPT Paula			
	18:45 – 19:45 ROCKET YOGA Josuel	18:45 – 19:45 HATHA SOMÁTICO Cris		18:45-19:45 DHARMA Marjo		
19:10 - 20:10 VINYASA POWER Tina			19:10-20:10 VINYASA Agus			
	20:00 – 21:00 KUNDALINI Ale Sotos	20:00 – 21:00 YOGA VINYASA SOMÁTICO Cris				
20:15-21:15 HATHA Y MEDITACIÓN Marta R			20:15 – 21:15 YOGA RESTAURATIVO Agus			

Recuerda reservar tus clases antes de asistir en <https://reservas.yogaone.es> y llegar 5 min. antes de la sesión.

INTENSIDADES

NIVEL
AVANZADO

INTENSIDAD
MEDIA

INTENSIDAD
BAJA

INTENSIDAD
MUY BAJA