

Horario de las sesiones a partir del 7 de enero del 2019

INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8.00	09.00		MORNING YOGA Liana		MORNING YOGA Liana			
9.15	10.30		VINYASA Marjoleyne	MORNING FLOW Paula	Yin Yoga Liana	VINYASA Marjoleyne		
10.30	11.45	KUNDALINI Mireia		RESTAURATIVO Paula	HATHA Gabriella			
11.15	12.30						D-GRAVITY Mireia	
12.30	13.30						KUNDALINI Mireia	VINYASA Jerzy/Paula
14.15	15.15	VINYASA Pablo	VINYASA Luca	VINYASA Pablo	ASTHANGA Luca			
17.15	18.00		YOGA KIDS Iohanai			D-GRAVITY (75) Marjoleyne		
17.30	18.30	INTRO AL YOGA Luca						
18.00	19.00		POWER YOGA Isard		POWER YOGA Isard			
18.30	19.30	HATHA RAJA Liana		ASTHANGA Luca		KUNDALINI (75) Mireia		
19.00	20.00		DHARMA YOGA Isard		VINYASA Marjoleyne			
19.30	20.30	VINYASA Liana		VINYASA SLOW Cristina				
20.00	21.15		KUNDALINI Mina		HATHA RAJA Marjoleyne	DHARMA YOGA Jerzy		
20.30	21.30			ROCKET YOGA Jerzy				

Abierto sábado y domingo. Festivos cerrados. Los horarios pueden cambiar. Consultar actualizados en yogaone.es/verdi

Clases recomendadas para principiantes; **INTRODUCCION, RESTAURATIVO, YIN YOGA, HATHA Y HATHA RAJA.**