

Horario de las sesiones a partir del 15 de enero 2021

INICIO	FIN	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
8.00	9.00		<b>IYENGAR</b> Fabi		<b>YOGUILATES</b> Marina			
9.30	10.30	<b>RESTAURATIVO</b> Marina	<b>SLOW VINYASA</b> Fabi	<b>RESTAURATIVO</b> Marina				
10.30	11.30					<b>LOW PRESSURE I-II</b> <b>HIPOPRESIVOS</b> Sagra	<b>VINYASA I</b> Marina/Maria	
11.30	12.30							<b>HATHA I-II</b> Marina/Cris
13.30	14.30	<b>SIVANANDA</b> Roger						
14.15	15.15		<b>HATHA I</b> Siona	<b>VINYASA I</b> Marina	<b>HATHA I</b> Siona			
15.30	16.30					<b>D-GRAVITY</b> Maria		
18.00	19.00	<b>VINYASA I</b> Fabi		<b>LOW PRESSURE I-II</b> <b>HIPOPRESIVOS</b> Sagra	<b>VINYASA I-II</b> Siona	<b>HATHA I-II</b> Marina		
18.00	19.30		<b>SIVANANDA 90'</b> Roger					
19.10	20.10	<b>POWER YOGA</b> Fabi		<b>D-GRAVITY</b> Maria		<b>YOGUILATES</b> <b>(refuerzo fin de</b> <b>semana)</b> Marina		
19.10	20.40				<b>KUNDALINI 90'</b> Siona			
19.40	20.55		<b>YIN YOGA 75'</b> Roger					
20.20	21.20	<b>ASTHANGA</b> Maria de Acha						

Recuerda: los días festivos el centro permanecerá cerrado

Reserva previa **OBLIGATORIA** en <https://reservas.yogaone.es/> o tel. 93 742 74 25 en horario at. al cliente

<b>Intensidad 1</b>	<b>Intensidad 2</b>	<b>Intensidad 3</b>
---------------------	---------------------	---------------------