

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9.30 a 10.45	Hatha con Eva	Yoga Terapéutico con Luis	Yoga en Silla con Eva	Vinyasa con Mónica	Yoga en Silla con Eva	Vinyasa Mónica Sánchez
14.15 a 15.15					Taller de Yoga y Movimiento con Marta Carrascal*	
18.00 a 19.00			Nidra con Paula			
18.00 a 19.15	Yoga para niñ@s con Mónica					
18.00 a 19.15	Kundalini con Silvia			Restaurativo con Marisa		
19.00 a 20.00		Vinyasa con Berta	Hatha con Berta		Nidra con Paula	
19.30 a 20.30	Hatha con Mónica			Vinyasa con Mónica		
20.15 a 21.15			Yoga Fitness con Luis			
20.30 a 21.30	Nidra con Paula					

MEDITACIÓN

YOGA SUAVE y RECONSTITUYENTE

YOGA DINÁMICO y VIGOROSO