

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
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		
18.00 a 19.00			Nidra largo con Paula				Yin Yoga con Antonia
18.00 a 19.15	Yoga para niñ@s con Mónica						
18.00 a 19.15	Kundalini con Silvia			Restaurativo con Marisa	KundaNidra con Silvia y Paula		
19.00 a 20.00		Vinyasa con Berta	Hatha con Berta				
19.30 a 20.30	Hatha con Mónica			Vinyasa con Mónica			
20.00 a 21.00			Yoga Fitness con Luis				
20.30 a 21.00	Nidra corto con Paula						

MEDITACIÓN

YOGA SUAVE y RECONSTITUYENTE

YOGA DINÁMICO y VIGOROSO