

	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 con Marisa	
11.00 a 12.00							Hatha con Paola
18.00 a 19.15	Yoga para niñ@s con Mónica						
18.00 a 19.15	Kundalini con Silvia			Restaurativo con Marisa			
18.30 a 19.30			Hatha con Berta				
19.00 a 20.00		Vinyasa con Berta					
19.30 a 20.30	Hatha con Mónica			Vinyasa con Mónica			
20.15 a 21.15			Flow con Luis				
20.30 a 21.00	Nidra con Paula						
20.30 a 21.30		Anusara con Paola		Nidra con Paula			

MEDITACIÓN

YOGA SUAVE y RECONSTITUYENTE

YOGA DINÁMICO y VIGOROSO