

# Yoga

*Classes*

ESANA  
YOGA.



# ESANA YOGA.

En pleno corazón del Centro de Sevilla, justo al lado de Las Setas-Metropol Parasol, un espacio soñado y diseñado para la práctica del yoga.

El Centro dispone de Licencia de Actividad concedida por el Ayuntamiento de Sevilla en cumplimiento de la normativa vigente.

Nuestras amplias instalaciones (250 m<sup>2</sup>) han sido concebidas para garantizar un excelente disfrute del Hatha Yoga y de la Meditación. Hemos priorizado el respeto al espacio personal necesario para practicar yoga con comodidad, unido a un diseño de las salas armónico y saludable (renovadores de aire, luz y ventilación natural, suelos de madera de roble natural,...). Contamos con vestuarios diferenciados para hombres y mujeres, así como con sendos baños.

El Centro está dotado de todo el material necesario para la práctica (esterillas, cojines de meditación, medios reguladores como cintas, bloques, etc). Dicho material ha sido escogido cuidadosamente por los creadores de ESANA en base a su experiencia, priorizando la calidad del mismo.

Somos el centro con mayor disponibilidad y flexibilidad horaria de Sevilla

ESANA YOGA.  
PARA NUESTROS NUEVOS ALUMNOS  
Bono yoga ilimitado

 **55€** /PRIMER MES



Estamos abiertos de Lunes a viernes y domingo

[www.esanayoga.es](http://www.esanayoga.es)

 +34 628 065 483

 C/ Jerónimo Hernández 4, Sevilla



# Horarios

# HORARIO SEPTIEMBRE

| LUNES  | MARTES  | MIÉRCOLES   | JUEVES  | VIERNES   | DOMINGO  |
|--|---|---|---|---|--|
| 8:00 a 9:15 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>Inicial (Francesca)    |   | 8:00 a 9:15 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>Inicial (Francesca)     |   | 8:00 a 9:15 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>Inicial (Francesca)     |  |
| 9:30 a 10:45 h<br><b>VINYASA YOGA 1</b><br>Dinámico (Natalia)  | 9:30 a 10:45 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>inicial (Ute/Fran)   | 9:30 a 10:45 h<br><b>VINYASA YOGA 1</b><br>Dinámico (Natalia)   | 9:30 a 10:45 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>inicial (Ute/Fran)   | 9:30 a 10:45 h<br><b>VINYASA YOGA 2</b><br>Dinámico( Natalia)   |  |
|  | 11:00 a 12:15 h<br><b>YOGA PRENATAL</b><br>Suave (Ute)        |   | 11:00 a 12:15 h<br><b>YOGA PRENATAL</b><br>Suave (Ute)        | 11:30 a 12:30 h<br><b>FELDENKRAIS</b><br>(Sandra)               |  |
|  | 17:00 a 18:30 h<br><b>VERTICALES</b><br>(Alfonso)             | 17:15 a 18:30 h<br><b>VERTICALES</b><br>Inicial (Alfonso)       | 17:00 a 18:30 h<br><b>VERTICALES</b><br>(Alfonso)             |   |  |
| 17:15 a 18:30 h<br><b>YOGA PRENATAL</b><br>Suave (Francesca)   |   | 17:30 a 20:00 h<br><b>MINDFULNESS COMPASSION</b><br>(Alejandro) | 17:15 a 18:45 h<br><b>KUNDALINI YOGA</b><br>(Karamjot)        |   |  |
| 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA YOGA 2</b><br>Medio (Tatiana)      | 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>Inicial (Ute/Fran)  | 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA YOGA 2</b><br>Medio (Tatiana)       | 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA YOGA 1</b><br>Inicial (Ute/Fran)  | 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA YOGA 2</b><br>Medio (Fran)          | 18:45 a 20:00 h<br><b>HATHA - VINYASA</b><br>Medio (Ana) |
| 19:00 a 20:00 h<br><b>PILATES</b><br>(Francesca)               | 18:45 a 20:00 h<br><b>YIN YOGA</b><br>(Ananda)                |   | 19:00 a 20:00 h<br><b>PILATES</b><br>(Francesca)              | 19:00 a 21:30 h<br><b>MINDFULNESS MBSR**</b><br>(Alejandro)     |  |
| 20:15 a 21:30 h<br><b>VINYASA YOGA 2</b><br>Rocket (Raphaelle) | 20:15 a 21:30 h<br><b>VINYASA YOGA 1</b><br>Dinámico (Ananda) | 20:15 a 21:30 h<br><b>VINYASA YOGA 2</b><br>Rocket (Raphaelle)  | 20:15 a 21:30 h<br><b>VINYASA YOGA 1</b><br>Dinámico (Ananda) | 19:00 a 21:00 h<br><b>YOGA WORKSHOPS</b><br>(Pedir información) |  |
| 20:15 a 21:30 h<br><b>HATHA YOGA 2 Medio</b><br>(Francesca)    | 20:15 a 21:15 h<br><b>FENDELKRAIS</b> (Sandra)                |   | 20:15 a 21:30 h<br><b>HATHA YOGA 2 Medio</b><br>(Francesca)   |   |  |

# Tarifas

MES DE PRUEBA NUEV@S ALUMN@S  
CLASES YOGA ILIMITADAS 55€



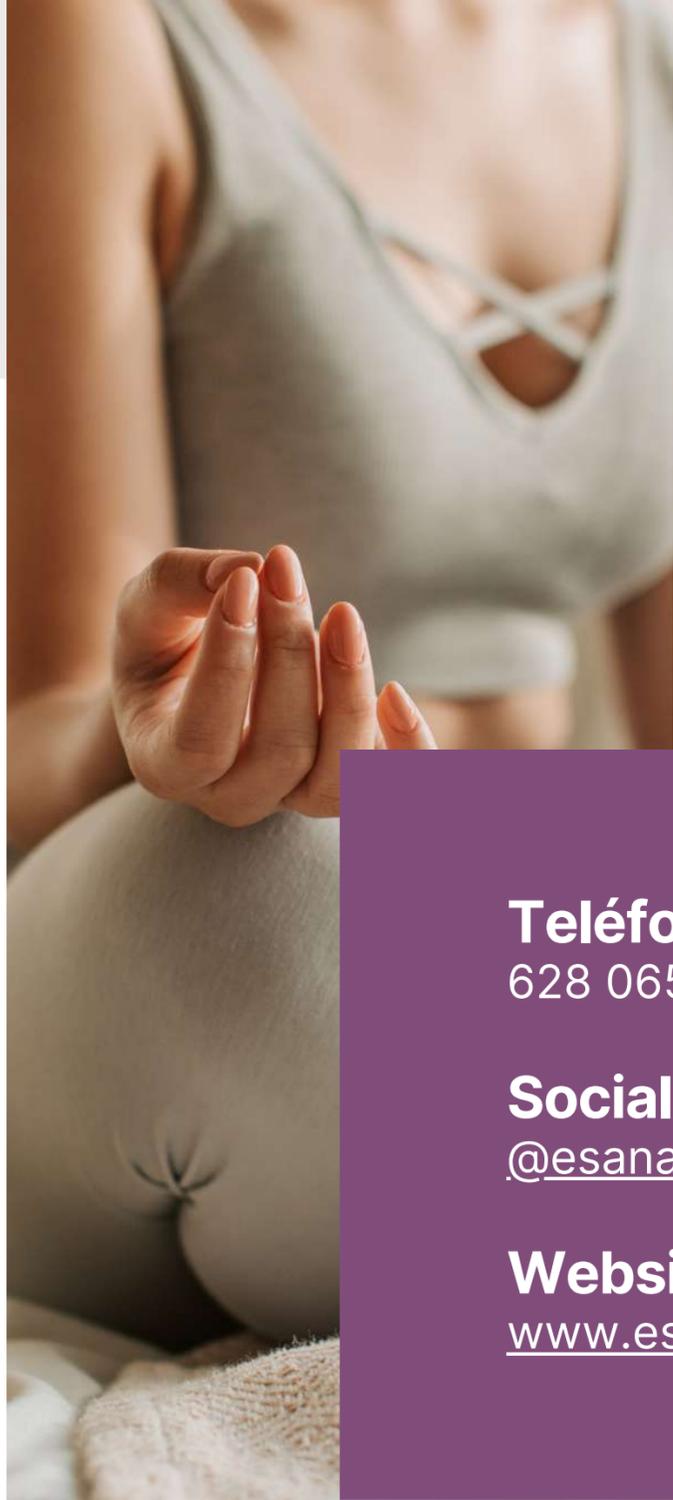
|                             |         |
|-----------------------------|---------|
| Bono Yoga Ilimitado mensual |         |
| Yoga ilimitado & verticales | 90,00€  |
| Yoga ilimitado              | 75,00€  |
| Online                      | 39,00€  |
| Bono 10 clases (3 meses)    | 120,00€ |
| Bono 8 clases (1 mes)       | 65,00€  |
| Bono 4 clases (1 mes)       | 45,00€  |
| Clase suelta                | 15,00€  |

- El bono ilimitado de clases presenciales (una al día) incluye el acceso a las clases online en su precio.
- Los bonos son nominativos y con vigencia dentro del mes natural en el que se obtengan (del 1 al 31).
- El pago se realiza en la primera semana del mes aunque te incorpores a clases más adelante.



# ESANA YOGA.





# Contacto

## **Teléfono**

628 065 483

## **Social Media**

[@esanayoga](#)

## **Website**

[www.esanayoga.es](http://www.esanayoga.es)

## **Email**

[info@esanayoga.es](mailto:info@esanayoga.es)

## **Ubicación**

[C. Jerónimo Hernández, 4, Bajo Sevilla](#)

# Gracias

ESANA YOGA.

