

HORARIO 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	DOMINGO
9:30 a 10:45 h YOGA DINÁMICO Multinivel (Natalia)	9:30 a 10:45 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 2 (Carolina)	9:30 a 10:45 h YOGA DINÁMICO Multinivel (Natalia)	9:30 a 10:45 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 2 (Carolina)	9:30 a 10:45 h YOGA DINÁMICO Multinivel (Carolina)	
9:30 a 10:45 h YOGA RESTAURATIVO Yoga suave (Marina)	9:30 a 10:45 h YOGA INICIAL Hatha 1 (Ute)	9:30 a 10:45 h PELVIC YOGA Suelo pélvico (Marina)	9:30 a 10:45 h YOGA INICIAL Hatha 1 (Ute)	09:30 a 10:45 h YOGA EN INGLÉS Hatha - Vinyasa (Ana)	
	11:00 a 12:15 h YOGA EMBARAZO Suave (Ute)		11:00 a 12:15 h YOGA EMBARAZO Suave (Ute)		
	11:00 a 12:30 h VERTICALES (Alfonso)	12:00 a 13:30 h VERTICALES (Aero-dúo)Iñaki			
14:15 a 15:30 YOGA INICIAL Hatha 1 (Victor) Inicia en febrero		14:15 a 15:30 YOGA INICIAL Hatha 1 (Victor) Inicia en febrero			
	17:00 a 18:30 h VERTICALES (Alfonso)	17:30 a 20:00 h MINDFULNESS COMPASIÓN** (Alejandro)	17:00 a 18:30 h VERTICALES (Alfonso)	17:15 a 18:45 h KUNDALINI YOGA (Amrit)	
17:15 a 18:30 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 1 (Félix)	17:15 a 18:30 h YOGA DINÁMICO Hatha - Vinyasa (Fran)	17:15 a 18:30 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 1 (Félix)	17:15 a 18:30 h YOGA DINÁMICO Hatha Vinyasa (Fran)	17:15 a 18:30 h YOGA INICIAL Hatha 1 (Victor)	
18:45 a 20:00 h YOGA INICIAL Hatha 2 (Victor)	18:45 a 20:00 h YOGA INICIAL Hatha 1 (Ute)	18:45 a 20:00 h YOGA INICIAL Hatha 2 (Victor)	18:45 a 20:00 h YOGA INICIAL Hatha 1 (Ute)	19:00 a 21:30 h MINDFULNESS MBSR** (Alejandro)	18:15 a 19:30 h YOGA DINÁMICO Hatha - Vinyasa (Ana)
		18:45 a 20:00 h YOGA PRENATAL Embarazadas (Marina)			
20:15 a 21:30 h YOGA DINÁMICO Multinivel (Marina)	20:15 a 21:30 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 2 (Ananda)	20:15 a 21:30 h YOGA DINÁMICO Multinivel (Marina)	20:15 a 21:30 h YOGA DINÁMICO Vinyasa 2 (Ananda)	19:00 a 21:00 h YOGA WORKSHOPS (Pedir información)	

Bono yoga ilimitado 55€

PRIMER MES DE PRUEBA, NUEVOS ALUMNOS.

MÁS INFORMACIÓN EN WWW.ESANAYOGA.COM