



Siempre contactar al centro para confirmar 600 353 695

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
9:30 - 10:30 HATHA RESTAURATIVO Pablo	9:30 - 10:30 VINYASA I (Flow) Giselle			9:15 - 10:15 ASHTANGA I (Dinámico) Mafer		
		10:00 - 11:15 YOGA ALINEACIÓN (Básico) Giselle	10:30 - 11:30 VINYASA I-II (Flow) Xana		10:30 - 11:30 VINYASA I-II (Flow) Juliana / Pablo	
						11:00 - 12:00 HATHA (Equilibrante) Amaia
						11:00 - 12:00 SLOW VINYASA Amaia
14:15 - 15:15 SLOW VINYASA (Fuerza/Flow) Amaia	14:15 - 15:15 ASTHANGA I-II (Dinámico) Angel	14:15 - 15:15 HATHA I (Equilibrante) Amaia	14:15 - 15:15 HATHA VINYASA (Energético) Angel			
		17:00 - 18:00 YOGA KIDS Ainara				
18:00 - 19:00 YOGA ALINEACIÓN I (Básico) Giselle	18:15 - 19:15 FUERZA (Fuerza Funcional) Danny	18:15 - 19:15 YOGA RESTAURATIVO Marta	18:15 - 19:15 ROCKET YOGA (Dinámico/Retador) Xana/Ana	18:15 - 19:15 FUERZA (Fuerza Funcional) Marco		
19:05 - 20:05 YOGA ALINEACIÓN II Giselle	19:25 - 20:25 VINYASA I-II (Flow) Xana	19:25 - 20:25 HATHA (Equilibrante) Amaia	19:25 - 20:25 HATHA VINYASA (Fuerza/Energetico) Juliana/Pablo	19:25 - 20:25 HATHA VINYASA (Fuerza/Energetico)M arco		
20:10 - 21:10 VINYASA (Yoga) Giselle	20:35 - 21:35 HATHA (Equilibrante) Xana	20:35- 21:35 VINYASA (Flow) Amaia	20:35 - 21:35 YIN (Integral) Juliana/Pablo			

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en <https://www.yogaone.es/es/arturosoria>. Por favor llega 10' antes de la clase para estar listo sin prisas.

INTENSIDADES

INTENSIDAD ALTA - I4

INTENSIDAD MEDIA ALTA - I3

INTENSIDAD MEDIA BAJA - I2

INTENSIDAD BAJA - I1

EXCLUSIÓN TARIFA ADULTO

YOGA KIDS

FUERZA

600 353 695

ARTUROSORIA@YOGAONE.ES

@YOGAONEARTUROSORIA