

Horario de las sesiones a partir de 6 de Septiembre de Junio 2021:

| INICIO | FIN | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | DOMINGO |
|--------|--------|---------------------------|-------------------------|---------------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| 07.30 | 08.30 | | | ASHTANGA Carlos | | | | |
| 08.00 | 09.00 | | VINYASA Samu | | | | | |
| 09.30 | 10.30 | | | VINYASA SOFT Carlos | KUNDALINI* (90') Prem Deva (Debora) | VINYASA + Nidra*(90') Tábata | | |
| 9.30 | 11.00 | | | | | | | |
| 10.30 | 11.30 | OPEN HATHA Tábata | YOGUILATES Natu | | | | HATHA I-II Elena/Fauricio | |
| 11.00 | 12.00 | | | | | | | VINYASA I-II Samu/Francis |
| 13.15 | 14.15 | | | | | | | |
| 14.15 | 15.15 | VINYASA Intensive Fran | BASES DEL YOGA Elena | VINYASA I-II Gerard | Iniciacion ASHTANGA Carlos | HATHA I Gerard | | |
| 15.00 | 16.00 | | | | | | | |
| 17.00 | 18.00 | | | BASES DEL YOGA Gerard | YIN YOGA Flavio | | | |
| 17.45 | 18.45 | | | | | ASHTANGA Carlos | | |
| 18.15 | 19.15 | HATHA I-II Flavio | Pilates Core Natu | VINYASA Intensive Fran | | | | |
| 18.30 | 20.00 | | | | HATHA RAJA*(90') Flavio | | | |
| 19.30 | 20.30 | Power Ricardo | RESTAURATIVO Natu | | | | | |
| 19.30 | 21.00h | | | KUNDALINI*(90') Prem Deva (Debora) | | | | |
| 20.35 | 21.35h | IYENGAR Ricardo | | | | | | |

Recuerda que los días festivos no habrá clase

Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en yogaone.es

Por favor llegar 10 minutos antes de la clase para que puedas estar listo sin prisas. No se permite la entrada una vez comenzada la clase.

*Las clases marcadas con * duran 90 minutos

| | | |
|------------------|--------------|------------------|
| Nivel iniciación | Nivel basico | Nivel intermedio |
|------------------|--------------|------------------|