

HORARIOS YOGA Y YOGA BARRE*
YogaOne Sarrià
A partir del 7 de enero de 2026

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
8:00 - 9:00 YOGA FUNCIONAL Gloria	7:00 - 8:00 KUNDALINI José Mª 8:00 - 9:00 HATHA VINYASA Marta	7:15 - 8:15 YOGA BARRE Lali 9:15 - 10:15 JIVAMUKTI Dinara	8:00 - 9:00 VINYASA Baylee	7:15 - 8:15 YOGA BARRE Lali 9:15 - 10:30 HATHA I-II Rosi	10:00 - 11:15 VINYASA Mari Savela	10:30 - 11:45 HATHA VINYASA Gloria / Paula
9:30 - 10:30 YOGUILATES Gloria	9:30 - 10:30 YOGA RESTAURATIVO /TCB Marta	14:15 - 15:15 VINYASA Marta	10:15 - 11:15 YOGUILATES Baylee	14:15 - 15:15 VINYASA Marta	18:00 - 19:00 YOGA BARRE Lali	
18:00 - 19:15 ALINEACIÓN Julia	19:00 - 20:00 HATHA Enrique	18:00 -19:00 HATHA CORE Ananda	19:00 - 20:00 VINYASA II Mari Savela	20:00-21:00 YOGA INTEGRAL Mari Savela	19:00 - 20:00 VINYASA Karen	
20:30 - 21:30 VINYASA Geraldine	20:00 - 21:00 HATHA VINYASA Ananda					
Intensidades:	NIVEL AVANZADO	INTENSIDAD MEDIA	INTENSIDAD BAJA			

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consultalos actualizados en www.yogaonesarria.es

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

Se puede encontrar la información de cada estilo de yoga y sus beneficios en nuestra web <https://www.yogaonesarria.es/yoga>

Más información y novedades en Instagram **@yogaonesarria**. Teléfono y WhatsApp : **658 888 344**

SI ESTÁS INTERESAD@ EN ACCEDER A LAS CLASES DE YOGA BARRE CONSULTA CONDICIONES EN RECEPCIÓN

A partir del 7 de enero de 2026

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
	9:30 - 10:30 YOGA RESTAURATIVO /TCB Marta		9:15-10:15 TCB Dayron			
11:45 - 12:45 TCB Dayron	11:30 - 12:30 TCB Dayron	10:30 - 11:30 TCB Dayron	11:30 - 12:30 TCB Dayron	10:45 - 11:45 TCB Adela	11:30 - 12:30 TCB Dayron	
	16:30 - 17:30 TCB Dayron		16:30 - 17:30 TCB Dayron		17:00 - 18:00 TCB Dayron	
19:25 - 20:25 TCB Dayron	18:00 - 19:00 TCB Dayron	19:00 - 20:00 TCB Dayron	18:00 - 19:00 TCB Dayron			

Intensidades:

INTENSIDAD
MEDIA

INTENSIDAD
BAJA

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consultalos actualizados en
www.yogaonesarria.es

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

Más información y novedades en Instagram **@yogaonesarria**. Teléfono y WhatsApp : **658 888 344**