



Horarios Ananda Yoga

Opción presencial y online (en directo por Zoom)

Lunes

9.30-11.00	Ashtanga Vinyasa Yoga *
11.00-12.30	Yoga (Nivel General -1,2,3)
18.00-19.00	Yoga (Nivel Básico-1)
19.00-20.30	Yoga (Nivel Intermedio -3)
21.00-22.30	Ashtanga Vinyasa Yoga*

Martes

9.30- 10.30	Pilates C.R.M.
10.30-11.30	Pilates C.R.M.
10.30-11.30	Yoga (Nivel Básico -1)
12.00-13.00	Yoga Oncológico
19.00-20.30	Yoga (Nivel General -1,2,3)
20.30-22.00	Vinyasa (Nivel General -1,2,3)

Viernes

10.00-11.30	Yoga (Nivel Moderado -2)
19.30-21.00	Yoga (Nivel Moderado -2)
21.00-22.30	Yoga (Nivel Intermedio/Avanzado -3,4)

Miércoles

9.30-11.00	Yoga (Nivel Intermedio -3)
11.00-12.30	Yoga (Nivel General -1,2,3)
18.00-19.00	Yoga (Nivel Básico -1)
19.00-20.30	Ashtanga Vinyasa Yoga*
21.00-22.30	Yoga (Nivel Intermedio -3)

Jueves

9.30-10.30	Pilates C.R.M.
10.30-11.30	Pilates C.R.M.
10.30-11.30	Yoga (Nivel Básico -1)
12.00-13.00	Yoga Oncológico
18.00-19.30	Yoga (Nivel Intermedio -3)
19.30-21.00	Yoga (Nivel General -1, 2,3)

* Las clases de Ashtanga que coincidan con Luna Llena o Luna Nueva serán sustituidas por clases de Yin Yoga

Reserva de plaza: 636 638 901 (Whatsapp)