

Horari

Hora	Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres
7-8				Yoga Core ONLINE <i>Miryam</i>	
7:15- 8:15			Ashtanga ONLINE <i>Linnea</i>		
8:30- 9:30				Yoga Suau <i>Sònia</i>	
10-14	Teràpies				
15:05- 16:05				Hatha Yoga <i>Miryam</i>	
16:30- 17:45	Yoga Embarassades <i>Miryam</i>	Teràpies	Yoga nens/es 17:15-18h 2-5 anys	Teràpies	Teràpies
18:30- 19:45			Yoga Embarassades <i>Miryam</i>		
19-20	Yoga en la vida diària <i>Jordi</i>	Yoga Dinàmic <i>Miryam</i>		Yoga Dinàmic 18:45-19:45 <i>Miryam</i>	
20-21	Hatha Vinyasa <i>Sònia</i>	Teràpies	Hatha Yoga <i>Miryam</i>	Teràpies	Tai Txi <i>Josep</i>

Medicina Ayurveda: Problemes digestius, Malalties cròniques, Sistema Hormonal

Massatge Rebozo: Relaxant, Allibera Estrés, Desbloqueja Emocions

Yoga Individual: Personalitzat, Terapeutic, Exclusiu