

horari ioga i entrenament

i	ioga	C/Sant Domènec 16
e	entrenament	C/Sant Eudald 105

DILLUNS	i	vinyasa 1-2	17:15 - 18:15
	i	ashtanga mysore*	18:30 - 20:00
	e	pilates	19:30 - 20:30
	i	yin ioga	20:15 - 21:15
<hr/>			
DIMARTS	e	mobilitat i estiraments	09:30 - 10:30
	i	hatha ioga 1	09:45 - 10:45
	e	functional training	18:45 - 19:45
	i	hatha ioga 1	19:30 - 20:30
	e	functional training	20:00 - 21:00
<hr/>			
DIMECRES	e	functional training	08:00 - 09:00
	i	vinyasa 1	18:15 - 19:15
	i	ashtanga mysore*	19:30 - 21:00
<hr/>			
DIJOUS	i	ashtanga mysore*	07:00 - 08:45
	e	pilates	09:30 - 10:30
	i	vinyasa 2	09:45 - 10:45
	i	ioga suau	18:15 - 19:15
	e	functional training	18:15 - 19:15
	i	vinyasa 1	19:30 - 20:30
	e	functional training	19:30 - 20:30
<hr/>			
DIVENDRES	e	ioga suau	09:30 - 10:30
	i	vinyasa 1-2*	18:15 - 19:15
<hr/>			
DISSABTE	e	animal flow*	09:30 - 10:30

IMPORTANT: Qualsevol classe pot quedar anul·lada si no arriba al mínim d'assistència.
Mireu la programació d'animal flow a l'App (es fa 2 dissabtes al mes)
La classe de vinyasa 1-2 dels divendres pot variar si hi ha algun taller programat.