



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Domingo
	07:15 Medita Zoom directo		07:15 Medita Zoom directo		
08:00 Hatha Vinyasa Principios Básicos (una hora) Zoom directo	08:00 Yoga Terapéutico (una hora) Zoom directo		08:00 Yoga Terapéutico (una hora) Zoom directo		
18:45 Yoga en Yantra Torremolinos (90 minutos)		18:45 Yoga en Yantra Torremolinos (90 minutos)		19:00 Hatha Vinyasa (una hora) Zoom directo	

Clases  
On Line

Clases  
Presenciales

Las clases de zoom serán colgadas en Facebook en grupo privado para que puedas disponer de ellas a lo largo del mes.  
Finalizado el mes, desaparecerán las clases del mes en cuestión.

Si entras en zoom a realizar la clase, por favor, enciende la cámara. Está totalmente prohibido grabar la clase. Gracias

*Practicar yoga es cultivar un corazón valiente capaz de descansar en la experiencia.*

*De esta manera, podrás servir del mejor modo a ti mismo y a los demás...*

*Roshi Joan Hallifax (amada Maestra)*

