



yoga



Técnica oriental que busca el equilibrio mental a través de la práctica de posturas, de la respiración y de unos hábitos de vida naturales.

Con el Yoga, descubrirás un mayor bienestar sintiéndote más lúcido y sereno ante los desafíos cotidianos.

Indicado por todos los expertos para controlar tu nivel de estrés y ansiedad así como para incrementar tu flexibilidad y control postural.

¡Nuestras actividades colectivas incluyen reserva de plaza en la clase!

el usuario tiene siempre garantizado su espacio y sus particularidades son perfectamente conocidas por el monitor

DÍAS	HORA	DURACIÓN
MARTES JUEVES	9'45	90'

DÍAS	HORA	DURACIÓN
MARTES JUEVES	18'00	60'

DÍAS	HORA	DURACIÓN
MARTES JUEVES	19'00	90'

DÍAS	HORA	DURACIÓN
MARTES JUEVES	20'30	90'

*OFERTA GENERAL DE HORARIOS. PUEDE HABER ALGUNOS QUE ESTÉN EN SITUACIÓN DE LISTA PREVIA HASTA ALCANZAR LOS MÍNIMOS NECESARIOS PARA SU LANZAMIENTO Y OTROS QUE ESTANDO ABIERTOS TENGAN SUS PLAZAS COMPLETAS Y POR LO TANTO LISTA DE ESPERA.

POR FAVOR CONSULTE EN ADMINISTRACIÓN.

ACTIVIDAD CONTINUADA (PAGO MENSUAL). SE IMPARTEN A CALENDARIO LABORAL