

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Sábado
8:15 9:30		YOGA Integral 		YOGA Integral 	
10:00 11:30	YOGA Suave 	YOGA Integral 	YOGA Suave 		YOGA Integral 
14.15 15.15				SÓLO FUERZA  14.15 a 15.15h	
17:30 19:00	YOGA Integral 		YOGA Integral 	YOGA Vinyasa (+ intensidad) 	UN DOMINGO al mes de oct. a mayo
19:30 21:00	YOGA Integral 	YOGA Vinyasa (+ intensidad) 	YOGA Integral 		SÓLO FUERZA  17h a 18h 18h a 19h

¿QUÉ SE TRABAJA
EN CADA CLASE?



FLEXIBILIDAD



MOVILIDAD



CON SILLA



FUERZA



CARDIO

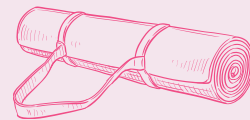
Dhana contigo
ESCUELA DE YOGA

Teresa 628.64.80.04
C/ Josep Mª Trias de Bes 14
Les Planes, Sant Joan Despí
Barcelona @teresadethana



Dhana

ESCUELA DE YOGA



Encuentra tu ritmo, tu espacio, tu momento

**PRUEBA
DE CLASE
GRATUITA**



**1 CLASES A
LA SEMANA**

55 €
al mes

**2 CLASES A
LA SEMANA**

65 €
al mes

TODOS LOS MATERIALES QUE NECESITAS LOS TENEMOS AQUÍ.

ESCRÍBEME AL 628.64.80.04 PARA RESERVAR UNA PRUEBA DE CLASE.

LAS CLASES DE FUERZA DE LOS DOMINGOS SON GRATUITAS PARA LOS ALUMNOS DE DHANA