

HORARIS IKIGAÏ IOGA PRESENCIAL i EN LÍNIA CURS 2021/22

Totes les classes seran multinivell i les professores s'adaptaran al grup

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
9:30 -10:45		9:30-10:45		9:30-10:45
IOGA INTEGRAL		IOGA INTEGRAL		IOGA INTEGRAL
Prof: Divina *		Prof: Divina *		Prof: Divina *
	10:00-11:00			
	AERIAL IOGA (suau)			
	Prof: Gabriela			
11:00-12:15		11:00-12:15		11:00-12:15
IOGA SUAU		IOGA SUAU		IOGA SUAU (suau)
Prof: Divina *		Prof: Divina *		Prof: Divina *
	15:30-16:45			15:30-16:45
	POWER-VINYASA (enfoc esportiu)			POWER-VINYASA (enfoc esportiu)
	Prof: Gabriela *			Prof: Anna Paüls *
	17:15-18:30		17:00-18:15	17:15-18:30
	HATHA IOGA (suau)		HATHA IOGA (suau)	HATHA VINYASA (dinàmic)
	Prof: Anna Paüls *		Prof: Anna Paüls *	Prof: Anna Paüls *
18:30-19:45	18:45-20:00	18:45-19:45h	18:30-19:45	18:45-19:45
HATHA IOGA (suau)	ACTIVITAT DE MEDITACIÓ	AERIAL IOGA	HATHA VINYASA (dinàmic)	IOGA EMBARÀS
Prof: Anna Paüls *	Prof: Josep Rosinach *	Prof: Gabriela	Prof: Anna Paüls *	Prof: Divina *
20:00-21:00	20:15-21:30	20:00-21:15	20:00-21:15	20:00-21:00
AERIAL IOGA	VINYASA ESTILS	ROCKET IOGA	VINYASA ESTILS	IOGA POST PART
Prof: Gabriela *	Prof: Anna Paüls *	Prof: Gabriela *	Prof: Anna Paüls *	Prof: Divina *

* Opció a escollir presencial o en línia (24h gravació després de la classe)