

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 FIT-IOGA Prof: Gabriela ✱			15:30-16:45 POWER-VINYASA (enfoc esportiu) Prof: Anna Paüls ✱
	17:15-18:30 HATHA IOGA (suau) Prof: Anna Paüls ✱		17:00-18:15 HATHA IOGA (suau) Prof: Anna Paüls ✱	17:15-18:30 HATHA VINYASA (dinàmic) 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 I DONA
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)