

horarios oct - dic 24

OCT – DIC 24	astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
10.00 – 11.15		YOGA		YOGA	
17.15 – 18.30		YOGA			
17.30 – 18.45	YOGA			YOGA	YOGA POPULAR
18.00 – 19.15			YOGA		VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO TALLERES ESPECIALES
18.30 – 19.45		YOGA			
19.00 – 20.15	YOGA			YOGA	
19.30 – 20.45			YOGA		

Todas las clases incluyen **asana** (posturas), **pranayama** (respiración) y **relajación-meditación**.

Klase guztietan **asana** (jarrerak), **pranayama** (arnasketa) eta **erlaxazio-meditazioa** praktikatzen dugu..

	INICIACIÓN	MULTINIVEL	INTENSO	con Olatz
--	------------	------------	---------	-----------

namaste yoga bilbao

www.namasteyogabilbao.es

Mazarredo 35 - 6º B

Olatz 655 95 44 12

