



dharananda

Horario / Ordutegia

Septiembre / Iraila

Provisional / Behin-behinekoa

Sujeto a posibles cambios / Aldaketak egon daitezke

Indícanos tus preferencias / Zure nahiak adierazi

Inicio	Duración / Sala	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
8:30 h	60' / S1+S2	YOGA POR LA MAÑANA (Oier) / Horario provisional INICIO DE CLASES EN OCTUBRE / CONSULTA PREFERENCIAS Y CONDICIONES					
9:00 h	90' / S1+S2					ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila	
9:30 h	90' / S1+S2						ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila
9:30 h	60' / S1+S2	YOGA POR LA MAÑANA (Oier) / Horario provisional INICIO DE CLASES EN OCTUBRE / CONSULTA PREFERENCIAS Y CONDICIONES					
11:00 h	90' / S1+S2					ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila	
11:30 h	90' / S1+S2	ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila		ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila			
14:30 h	90' / S1+S2		ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila				
16:00 h	60' / S1+S2			YOGA PRENATAL lasmina			
16:30 h	90' / S1+S2					ESTIRAMIENTOS CADENAS MUSCULARES - Mila	
17:30 h	45' / S1+S2		KUNG-FU NIÑOS David / Javier		KUNG-FU NIÑOS David / Javier		
17:30 h	90' / S1+S2	YOGA INTEGRAL lasmina		YOGA INTEGRAL lasmina			
18:30 h	60' / S1+S2		TAI CHI David / Javier		KUNG-FU David / Javier	KUNG-FU Javier	
19:15 h	90' / S1+S2	YOGA DINÁMICO lasmina		YOGA DINÁMICO lasmina			
19:30 h	60' / S1+S2					TAI CHI Javier	
19:45 h	60' / S1+S2		KUNG-FU David / Javier		TAI CHI David / Javier		
20:30 h	60' / S1+S2					CHI-KUNG Javier	

Horario de atención al público:

Lunes a jueves, de 17:00 a 20:00 h.



688 766 199 (Whatsapp)

Indícanos tus preferencias de horarios / Zure ordutegien nahiak adierazi

Estiramientos de Cadenas Musculares:

gimnasia suave@gmail.com / 660 181 196

NOTA: fuera del horario de atención al público, el acceso al centro se cierra durante las clases, por tanto, se ruega máxima puntualidad para el inicio de las actividades.

¡Gracias!