horarios oct - dic 25

OCT 25 – DIC 25	astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
10.00 – 11.15		YOGA		YOGA	
14.00 – 15.00			YOGA		
17.30 – 18.45	YOGA		YOGA		YOGA POPULAR
18.00 – 19.15		YOGA		YOGA	VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO TALLERES ESPECIALES
19.00 – 20.15	YOGA		YOGA		
19.30 – 20.45		YOGA		ASANAS MADRE	
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

NAMASTE