

# horarios primavera

MARZO – JUN 24	astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala	larunbata
10.00 – 11.15		YOGA		YOGA		YOGA POPULAR
17.15 – 18.30	YOGA					
17.45 – 19.00		YOGA		YOGA	YOGA POPULAR	
18.00 – 19.15			YOGA			SÁBADO Y DOMINGO TALLERES ESPECIALES
18.45 – 20.00	YOGA					
19.15 – 20.30		MEDITACIÓN		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

# namaste yoga bilbao

[www.namasteyogabilbao.es](http://www.namasteyogabilbao.es)

Mazarredo 35 - 6º B

Olatz 655 95 44 12



NAMASTE