

# horarios sept 23

SEPT 23	astelehena	asteartea	asteazkena	osteguna	ostirala
10.00 – 11.15		YOGA		YOGA	
17.15 – 18.30	YOGA*				
17.45 – 19.00				YOGA	
18.45 – 20.00	YOGA		YOGA		VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO TALLERES ESPECIALES
19.00 – 20.15		YOGA			
19.15 – 20.30				YOGA	
20.15 – 21.30	YOGA		YOGA*		

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

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

\* Se abrirá grupo con un mínimo de 5 personas

	INICIACIÓN	MULTINIVEL	AVANZADO	
				con Olatz

# namaste yoga bilbao

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

Mazarredo 35 - 6º B

Olatz 655 95 44 12

