

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			8:00-9:00 INSPIRED IYENGAR Flor (Sala 1)	8:00-9:00 VINYASA Esperanza (Sala 1)		
		8:30-09:30 HATHA/VINYASA Samuel (Sala 1)				
9:15-10:15 IYENGAR Fabiana (Sala 1)	9:30-10:30 SLOW VINYASA Esperanza (Sala 2)		9:15-10:15 RESTAURATIVO Flor (Sala 1)	9:15-10:15 RESTAURATIVO Esperanza (Sala 1)		
	10:00-11:00 YOGA TERAPEUTICO Flor (Sala 1)				10:30-11:30 HATHA Roni (Sala 1)	10:30-11:30 HATHA/VINYASA Ruth (Sala 1)
14:30-15:30 IYENGAR Fabiana (Sala 1)	14:15-15:15 HATHA Esperanza (Sala 1)	14:15-15:15 VINYASA Rocio (Sala 1)	14:15-15:15 HATHA/VINYASA Fabiana (Sala 1)			
18:15-19:15 HATHA Ruth (Sala 1)	18:15-19:15 RESTAURATIVO Gerard (Sala 1)	18:00-19:00 HATHA-VINYASA Flor (Sala 1)	18:15-19:15 HATHA/VINYASA Gerard (Sala 2)	18:00-19:00 HATHA/VINYASA Ruth* (Sala 1)		
18:30-19:30 VINYASA Samuel (Sala 2)	18:15-19:15 VINYASA FLOW Esperanza (Sala 2)		18:00-19:00 INSPIRED IYENGAR Chakra (Sala 1)			
19:30-20:30 YOGA NIDRA Ruth (Sala 1)	19:30-20:30 HATHA/VINYASA I Gerard (Sala 1)	19:15-20:15 INSPIRED IYENGAR Flor (Sala 1)	19:30-20:30 YOGUILATES Guillem (Sala 2)	19:15-20:15 RESTAURATIVO Ruth* (Sala 1)		
19:30-20:30 YOGUILATES Samuel (Sala 2)	19:30-20:30 VINYASA Roni (Sala 2)	19:15 - 20:15 DHARMA Roni (Sala 2)	19:40 -20:40 YIN YOGA Gerard (Sala 1)			

Recuerda que los días festivos no habrá clase. Los horarios pueden cambiar. Consúltalos actualizados en yogaone.cat/noubarris y en Instagram @yogaonenoubarris
Por favor llegar 10 minutos antes de la clase para que puedas estar listo sin prisas. No se permite la entrada una vez comenzada la clase.

* Porfesor/a sustituto/a hasta reincorporación profesor/a titular. El profesor/a sustituto/a puede variar en función de la disponibilidad.

INTENSIDADES

NIVEL AVANZADO

INTENSIDAD MEDIA

INTENSIDAD BAJA

INICIACIÓN