

Horarios 2019- 20



SALA 1			SALA 2	
17:45 – 19:00	BALLET CLÁSICO	LUNES	14:30 – 16:00	YOGA IYENGAR
19:15 – 21:15	5 RITMOS		16:30 – 17:30	FELDENKRAIS-Abdominales sin riesgo
			17:45 – 18:45	FELDENKRAIS
			19:30 – 21:00	YOGA IYENGAR
17:30 – 18:45	ESTIRAMIENTOS	MARTES	14:30 – 16:00	YOGA IYENGAR
19:00 – 21:00	DANZA PRIMAL		16:00 – 17:00	PILATES
19:30 – 21:00	MOVIMIENTO de Centros de Energía		17:15 – 18:45	YOGA IYENGAR
			19:00 – 20:30	BODY ROLLING
17:45 – 19:00	BALLET CLÁSICO	MIÉRCOL	14:30 - 16:00	YOGA IYENGAR
19:30 – 21:00	BIODANZA		17:00 - 18:00	FELDENKRAIS – Abdom sin riesgo
			19:30 - 21:00	YOGA IYENGAR
17:30 – 19:00	MOVIMIENTO Creativo para Niños, Adolescentes y Adultos	JUEVES	14:30 – 16:00	YOGA IYENGAR
19:15 – 20:45	BALLET CLÁSICO		16:00 – 17:30	BODY ROLLING
			17:45 – 19:00	BALLET CLÁSICO
			19:30 – 21:00	YOGA IYENGAR
17:30 - 19:30	CONSTRUIR UN PIE SANO	VIERNES	17:30 - 19:30	RELAJAR LA CARA Y LA MANDÍBULA
18:00 - 19:30	BALLET CLÁSICO		19:00 - 21:00	MINDFULNESS
19:30 - 21:00	MOVIMIENTO de Centros de Energía			
		SÁBADOS y FINES de SEMANA	<i>consultar</i> www.jania.org	TALLERES: MOVIMIENTO y Conciencia Corporal MASAJE y AUTOCUIDADO para la Salud REEDUCACIÓN VISUAL MASAJE CORRECTIVO PROFUNDO CHI KUNG TERAPÉUTICO...