JANIA		HORARIOS 2022 – 2023		
LUNES	17:00 – 18:00 17:15 – 18:45 19:15 – 20:45	FELDENKRAIS YOGA IYENGAR - Nivel General 5 RITMOS		
MARTES	17:30 – 18:45 19:30 – 21:00	ESTIRAMIENTOS MOVIMIENTO de Centros de Energía	10:00 – 11:30 14:00 – 15:30	YOGA IYENGAR - Iniciación YOGA IYENGAR - Iniciación
MIÉRCOLES	17:00 – 18:00 18:00 – 19:00 19:30 – 21:30	FELDENKRAIS ASR: ABDOMINALES sin riesgo BIODANZA	19:15 – 20:45	YOGA IYENGAR – Iniciación
JUEVES	11:30 – 12:30 17:30 – 19:00 19:15 - 20:45	ASR: ABDOMINALES sin riesgo MOVIMIENTO Creativo Niños, Adolescentes y Adultos YOGA IYENGAR - Nivel General	10:00 – 11:30 14:00 – 15:30 16:00 – 17:30	BODY ROLLING YOGA IYENGAR – Nivel I BODY ROLLING
VIERNES	17:15 – 19:30 19:00 – 22:00	CÓMO CONSTRUIR UN PIE SANO DANZAR-SER (DANZO-SOY)	18:00 - 20:15	¡CUIDA TU CARA! *CÓMO RELAJAR LA CARA Y LA MANDÍBULA*
FIN de SEMANA *Consultar* *www.jania.org*	*Cursos, Talleres, Formaciones*	MOVIMIENTO de Centros de Energía MASAJE CORRECTIVO Profundo BIODANZA TALLERES PARA EL BIENESTAR	*Cursos, Talleres, Formaciones*	REEDUCACIÓN Visual CONTACT IMPROVISACIÓN KONTRADANZAS