

		Jania Horarios 2026 – 2027		JANIA
LUNES	17:00 – 18:00 17:00 – 18:30 19:15 – 20:45	FELDENKRAIS YOGA Iyengar - Nivel 3 5 RITMOS	14:30 – 16:00	YOGA Iyengar – Nivel 1 – 2
MARTES	17:30 – 18:45 19:30 – 21:00	ESTIRAMIENTOS con Conciencia MOVIMIENTO Sistema Centros de Energía	19:15 – 20:45	YOGA Iyengar - Nivel 2
MIÉRCOLES	17:00 – 18:00 19:00 – 20:30	FELDENKRAIS YOGA Iyengar – Nivel 2 - 3		
JUEVES	11:30 – 12:30 17:30 – 19:00	ABDOMINALES sin riesgo MOVIMIENTO Creativo Niños, Adolesc. y Adultos	10:00 – 11:30 16:00 – 17:30 19:00 – 20:30	YOGA Iyengar – Restaurativa BODY ROLLING YOGA Iyengar – Nivel 1
VIERNES	17:00 – 19:00 17:15 – 19:30 19:00 – 21:00	CORO EXPERIMENTAL CÓMO CONSTRUIR UN PIE SANO DANZO – SER	17:15 – 19:30	¡CUIDA TU CARA! CÓMO RELAJAR LA CARA Y LA MANDÍBULA
FIN de SEMANA Consultar www.jania.org	Cursos Talleres Formaciones	F. CONTACT IMPROVISACIÓN F. MASAJE CORRECTIVO Profundo F. BIODANZA F. MOVIMIENTO de Centros de Energía	Cursos Talleres Formaciones	REEDUCACIÓN Visual KONTRADANZAS TALLERES PARA EL BIENESTAR