

# JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

*del 23 al 26 de agosto*

- Clases de Yoga
- Talleres de meditación y mindfulness

*¡Gratis y sin compromiso!*



Centro de Yoga y Meditación

**En c/ Toro 70**

**(Entrada por c/Corrales de Monroy, 2 - 1ª planta)**

# ¡DESCUBRE LO QUE EL YOGA PUEDE HACER POR TI!

Horario	Lunes 23	Martes 24	Miércoles 25	Jueves 26
9:30 10:45		Visita libre al centro y explicación de actividades		
11:00 12:15		Clase de Yoga para principiantes (estilo Bowspring)		Visita libre al centro y explicación de actividades
12:30 13:45		Conferencia. Principios y beneficios del yoga		Clase de Hatha Yoga para principiantes
17:00 17:20	Visita libre al centro y explicación de actividades		Visita libre al centro y explicación de actividades	Visita libre al centro y explicación de actividades
17:30 18:45	Clase de Hatha Yoga para principiantes	Taller Introducción al Mindfulness	Clase de Hatha Yoga para principiantes	Clase de yoga para principiantes (estilo Bowspring)
19:00 20:15	Conferencia. Principios y beneficios del yoga	Taller Introducción a la Meditación	Conferencia. Principios y beneficios del yoga	

*Aforos limitados.*

*Apúntate en:*

*info@yogasolyluna.es o 662 942 777*



*www.yogasolyluna.es*