

soldeloto.com

Poxpologile kalea, 3, bajo 2, (Dumboa) Irun

¡Plazo de inscripciones abierto!

توتا فله اةي



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
9:30 – 10:30	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES		
10:45 – 11:45	PILATES	YOGA 10:45 – 12:15	ESPALDA SANA	YOGA 10:45 – 12:15	DANZA DEL VIENTRE 10:45 – 12:15	TALLERES	TALLERES
12:00 – 13:00							

15:00 – 16:00	MULTIFITNESS	VINYASA YOGA (Dinámico intenso) 15:30 – 16:15	MULTIFITNESS	VINYASA YOGA (Dinámico intenso) 15:30 – 16:15			
16:30 – 17:15	ESTIRAMIENTOS Y MOVILIDAD 16:15 - 17:00	YOGA MINDFULNESS (suave relajante)		YOGA MINDFULNESS (suave relajante)			
17:00 – 18:00	HIPOPRESIVOS + PILATES 17:15 - 18:00	PILATES 17:30 – 18:30	TAI CHI CHUAN CHI KUNG	PILATES 17:30 – 18:30	HIPOPRESIVOS + PILATES 16:45 – 17:30		
18:15 – 19:15	PILATES	TAI CHI CHUAN CHI KUNG 18:45 – 19:45	PILATES	E.G.T. (Entrenamiento Global Técnico) 18:45 – 19:45	DANZA DEL VIENTRE 17:45 – 19:15		
19:30 – 21:00	YOGA / BAILE FITNESS	TAI CHI CHUAN CHI KUNG 20:00 – 21:00	YOGA	TAI CHI CHUAN CHI KUNG 20:00 – 21:00	BAILE FITNESS 19:30 - 20:30		

Más información en 608 91 92 62 o soldelotoestudio@gmail.com