

**LUNES****MARTES****MIÉRCOLES****JUEVES****VIERNES**

Secuoya (3º) Alerce (2º) Arrayán (1º) Secuoya (3º) Alerce (2º) Arrayán (1º) Secuoya (3º) Alerce (2º) Sala 1 (3º) Secuoya (3º) Alerce (2º) Arrayán (1º) Secuoya (3º) Alerce (2º) Arrayán (1º)

09:00	09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	09:15- 10:15 Pilates		09:00-10:15 Hatha Yoga Práctica Dinámica			09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	09:15- 10:15 Pilates		09:00-10:15 Hatha Yoga Práctica Dinámica			09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	09:15 - 10:15 Pilates	
10:00															
11:00	10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor			10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor			10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor			10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor			10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor		
12:00	11:50-12:50 Yoga Chino (Chi kung) Promoción						11:50 - 12: 50 Terapia Corporal Feldenkrais			11:50-12:50 Yoga Chino (Chi kung) Promoción					
13:00	13:00-14:15 Purna Yoga Promoción	13:00 - 14:00 Meditación Corazones Gemelos		13:00-14:15 Kundalini Yoga Promoción			13:00-14:15 Purna Yoga Promoción	13:00-14:00 Yoga Chino (Chi kung) Promoción		13:00-14:15 Kundalini Yoga Promoción			13:00-14:15 Purna Yoga Promoción		
14:00															
16:00				16:00-17:00 Iniciación Jugando a Yoga 1,5 a 3 años				16:30-17:30 Yoga Cuenta Cuentos 5 a 8 años					HORARIO MAYO 2018		
17:00															
18:00	17:45- 18:45 Purna Yoga Promoción	17:45-18:45 Pilates					17:45- 18:45 Purna Yoga Promoción	17:45-18:45 Pilates						17:45- 18:45 Purna Yoga Promoción	
19:00	19:00-20:10 Yoga Matrices	19:00-20:00 Pilates		18:15 - 19:15 Terapia Corporal Feldenkrais	18:30-19:30 Mindfulness Adolescentes desde Abril		19:00-20:10 Yoga Matrices	19:00-20:00 Pilates		19:00- 20:00 Purna Yoga	19:30-20:30 Kundalini Yoga			19:00-20:00 Pilates	
20:00	20:15-21:15 Hatha Yoga	20:05-21:05 El Poder de la Relajación		19:00- 20:00 Purna Yoga	19:30-20:30 Kundalini Yoga		20:15-21:15 Hatha Yoga	20:15-21:15 Danzas Circulares y PanEuritmia	19:30-20:30 Meditación Corazones Gemelos	20:15-21:30 Formación Instructores de Yoga					
21:00				20:15-21:30 Formación Instructores de Yoga											

Apta para embarazadas (sólo martes)

Clase abierta Mayo

Clase abierta Mayo

Semana por medio cada una

16:00- 19:00
Mindfulness Niños desde Abril

Las clases comienzan con un mínimo 2 de inscritos, más en algunos casos, debe consultar en Recepción / Información sujeta a modificaciones semanales o mensuales

www.rukalihuen.cl / contacto@rukalihuen.cl / fono: 41 2247 455 ó 9 6728 5285