

**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) Pehuen (1º)

Secuoya (3º) Alerce (2º) Arrayán (1º)

09:00	09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	09:15- 10:15 Pilates
10:00	10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor	
12:00		
13:00	13:00-14:15 Purna Yoga Promoción	
14:00		

09:00-10:15 Hatha Yoga Práctica Dinámica	
	11:00 - 11:45 Meditación de los Arcángeles
12:00-12:55 Yoga Chino (Chi kung) Promoción	
13:00-14:15 Kundalini Yoga Promoción	

09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	09:15- 10:15 Pilates
10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor	<i>Apta para embarazadas</i>
	11:50 - 12: 50 Terapia Corporal Feldenkrais
13:00-14:15 Purna Yoga Promoción	13:00-14:00 Práctica de Mindfulness
	16:30 - 17:30 Yoga Cuenta Cuentos 5 a 8 años

09:00-10:15 Hatha Yoga Práctica Dinámica	
12:00-12:55 Yoga Chino (Chi kung) Promoción	
13:00-14:15 Kundalini Yoga Promoción	

09:00-10:15 Yoga Matrices Promoción	
10:30-11:45 Yoga Adulto Mayor	
13:00-14:15 Purna Yoga Promoción	

17:45 - 18:45 Purna Yoga Promoción	17:45 -18:45 Pilates
19:00 -20:10 Yoga Matrices	19:00 -20:00 Pilates
20:15-21:15 Hatha Yoga	20:15-21:15 Práctica de Mindfulness

17:45 - 18:45 Yoga Principiantes	17:00 - 18:00 Iniciación Jugando a Yoga 2 a 3,5 años	18:15 - 19:15 Yoga Prenatal	18:15 - 19:15 El Poder de la Relajación
19:00 - 20:00 Purna Yoga	19:30-20:30 Kundalini Yoga	19:30-20:30 Práctica de Mindfulness	
20:15 - 21:30 Formación Instructores de Yoga			

17:45 - 18:45 Purna Yoga Promoción	17:45 - 18:45 Pilates
19:00-20:10 Yoga Matrices	19:00-20:00 Pilates
20:15-21:15 Hatha Yoga	20:15-21:15 Danzas Circulares y PanEuritmia

17:45 - 18:45 Yoga Principiantes	18:15 -19:15 Yoga Prenatal
19:00 - 20:00 Purna Yoga	19:30-20:30 Kundalini Yoga
20:15-21:30 Formación Instructores de Yoga	19:20 - 20:40 Taller: Círculo para Gestantes

NOVIEMBRE 2018	
-----------------------	--

¡NUEVO HORARIO!*Semana por medio cada una*

Las clases comienzan con un mínimo de 2 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