



HOLISTICA@MENTE
yoga
salud & Bienestar

Contacto



617873179



holisticamente0
@gmail.com



sala discoteca
club social :
"Los monasterios"

Sobre mi :

Instructora de yoga certificada
instructora de Mindfulness
Diplomada en Coaching IE
Estudiante psicología

Holisticamente

yoga ,salud y bienestar

Sesiones

Las sesiones serán de hora y media o dos horas , según la dinámica del grupo .

Se diseñarán especialmente y se adaptarán a cada grupo .

Trabajaremos desde un yoga holístico y respetuoso , prestando atención a todas las dimensiones del Ser .

Con la intención puesta en regenerar y reparar el estrés diario .
crearas un espacio para el autocuidado y la salud .

Clase de prueba gratuita :

próximo lunes 29 septiembre
19 h hasta las 20:30 h

(aforo limitado)

Mensualidad

Aplicado en los precios el

15%descuento para socios

(club social los monasterios)

1 día semana , 45 euros

2 días semana 70 euros

(no hay clases sueltas)

consultar días de prueba .

horarios

martes de 9:30 a 11h

jueves de 11 h a 12:30h

inscripciones :

las inscripciones se realizarán a
través de secretaria del club .

secretaria@urbanizacionlosmonas
terios.es

Tlf. 96 140 53 59