



????????? ?????????? ?? ????? ?? ?? ?????

Description



La clase se realizará bajo el método Ashtanga Vinyasa; tipo de yoga cuya principal característica es su dinamismo. Se distingue por trabajar intensamente la fuerza, la flexibilidad y la resistencia física, desarrollando la capacidad respiratoria y la musculatura en general.
 Entrada libre y gratuita | Necesario contar con mat o manta para la práctica.
 Luego se compartirá música, mates. charlas y almuerzo.
 + ????? 3462 365317

CATEGORY

- 1. Sociedad Teodelina
- 2. Teodelina

Category

- 1. Sociedad Teodelina

2. Teodelina

Date Created

diciembre 2021

Author

administrador