

LUNES

Estera de Pilates*
Jill
9-10AM

Yoga Suave y por
personas mayores*
Phoenix
10:45AM-12PM

Vinyasa Yoga
Jackie
6:30-7:30PM

MARTES

Yoga Principiantes*
Phoenix
9:15-10:30AM

MIERCOLES

Hatha Fluida*
Phoenix
9:15-10:30AM

Yoga Principiantes
Henry
6-7:15PM

JUEVES

Estera de Pilates*
Jill
9-10AM

Capoeira para Niños
4:15-5PM
Capoeira adultos
5:15-6:30PM con "Cipo" Moises Reyes

Meditación bilingual (por donación)
Watsonville Insight
6:30-7:30PM

VIERNES

Vinyasa Fluida*
Danielle
9-10:15AM

Yoga Suave y por
personas mayores*
Phoenix
10:45AM-12PM

SABADO

Hatha Fluida*
Kristin
9-10:15AM

ZUMBA!
Afuera en Pinto Lake Parque Condado
Viri/Silvia
10-11AM

Danza Vientre
Jill (comienza Oct 5)
10:45-11:45AM

DOMINGO

Vinyasa Fluida +
Estiramiento Profundo*
Danielle
9-10:15AM

*** indica híbrida (en persona y ZOOM)**

***** \$10 costo por Zumba**

Este horario fue actualizado el 22/09/24

734 East Lake Avenue, #19-20, arriba las escaleras
Watsonville, CA 95076 tel: 831-713-9843

Obtenga más información en WWW.WATSONVILLE.YOGA

