IKASKETA 2. ARETOA **AULA ESTUDIO 2**

TEMPORADA 2023/24 DENBORALDIA

H	Astelehena **Lunes**	Asteartea **Martes**	Asteazkena **Miércoles**	Osteguna **Jueves**	Ostirala **Viernes**	Larunbata **Sábado**	Igandea **Domingo**	H
7.00								7.00
8.00								8.00
9.00								9.00
10.00	YOGA SENIOR LX 9:30-10:50		YOGA SENIOR LX 9:30-10:50		RELAJACION ANTIESTRES V 9:30-10:45			10.00
11.00	FELDENKRAIS SENIOR LX 11:00-11:50	FELDENKRAIS MJ 11:30-12:20	FELDENKRAIS SENIOR LX 11:00-11:50	FELDENKRAIS MJ 11:30-12:20				11.00
12.00								12.00
13.00								13.00
14.00								14.00
15.00								15.00
16.00								16.00
17.00								17.00
18.00	TAICHI LX 17:30-18:20	MEDITACIÓN MINDFULNESS M 17:30-18:45	TAICHI LX 17:30-18:20					18.00
19.00	FELDENKRAIS LX 18:30-19:20	MEDITACIÓN MINDFULNESS M 18:45-20:00	FELDENKRAIS LX 18:30-19:20					19.00
20.00								20.00
21.00								21.00
H	Astelehena **Lunes**	Asteartea **Martes**	Asteazkena **Miércoles**	Osteguna **Jueves**	Ostirala **Viernes**	Larunbata **Sábado**	Igandea **Domingo**	H