

Viernes 4

A partir de las 18:00
Llegada

19:30
Presentación Práctica de
Yoga

21:00
Cena

22:30
Determinación
del tipo físico



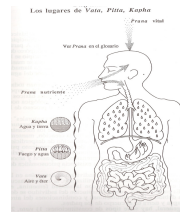
Test Ayurvédico

Sábado 5

8:00
Pranayama y meditación

9:00
Desayuno

10:30
Teoría y Práctica



14:00
Comida

17:00
Teoría y Práctica



21:00
Cena

22:30
Canto de mantras

Domingo 6

8:00
Pranamayama y meditación

9:00
Desayuno

10:30
Teoría y Práctica
Preguntas

14:00
Comida

Despedida

