

Horários a partir Novembro 2023/2024

2º feira	3º feira	4º feira	5º feira	6º feira	Sábado
<p>YOGA .14:00 horas .15:00 horas .16:00 horas .17:00 horas</p> <p>YOGA .18:00 horas .19:00 horas</p> <p>Meditação Relax/Resp. 20:15 horas</p>	<p>YOGA .08:30 horas</p> <p>YOGA .09:30 horas .10:30 horas .11:30 horas .13:00 horas</p>	<p>YOGA .14:00 horas .15:00 horas .16:00 horas .17:00 horas .18:00 horas</p>	<p>YOGA .08:30 h</p> <p>YOGA .18:00 horas .19:00 horas</p> <p>Meditação Relax/Resp. 20:15 horas</p>	<p>YOGA .09:30 horas .10:30 horas .11:30 horas .13:00 horas</p>	<p>YOGA .10:30 horas .11:30 horas</p>

Legenda - Cada cor corresponde a um professor diferente

- **As aulas do Yoga são de 60 minutos**
- **O horário refere apenas a hora de início de cada aula**
- **As aulas de Meditação/Relaxamento e exercícios respiratórios são de 30 minutos**