



# ARAVINDA YOGA SHALA

## HORÁRIOS . SCHEDULES 2022

Aulas presenciais 🏠 e online 💻 | *In-person* 🏠 *and live streaming* 💻 *classes*

SEGUNDA MONDAY	TERÇA TUESDAY	QUARTA WEDNESDAY	QUINTA THURSDAY	SEXTA FRIDAY
	07:30-08:30 YOGA DINÂMICO (Cátia) 🏠		07:30-08:30 YOGA DINÂMICO (Cátia) 🏠	
	09:30-10:45 VINYASA FLOW (Andreina) <i>Led in english</i> 🏠 💻		09:30-10:45 VINYASA FLOW (Andreina) <i>Led in english</i> 🏠 💻	
10:15-11:15 BALLERINA BODY (Inês) 🏠 💻				
		12:00-13:00 BALLERINA BODY (Inês) 💻		12:00-13:00 BALLERINA BODY (Inês) 💻
12:45-13:45 YOGA DINÂMICO (Joana) 🏠	12:45-13:45 YOGA DINÂMICO (Joana) 🏠	12:45-13:45 YOGA DINÂMICO (Joana) 🏠 💻	12:45-13:45 YOGA DINÂMICO (Joana) 🏠	12:45-13:45 YOGA DINÂMICO (Joana) 🏠
19:00-20:00 BALLERINA BODY (Inês) 🏠 💻	19:00-20:00 YOGA DINÂMICO (Cátia / Joana) 🏠 💻	19:00-20:00 BALLERINA BODY (Inês) 💻	19:00-20:00 YOGA DINÂMICO (Cátia / Joana) 🏠 💻	

Encerramos nas seguintes datas:

feriados locais e nacionais, 24 e 31 de Dezembro, segunda e terça-feira de Carnaval, sábado de Páscoa

*We are closed on: local and national holidays, 24 and 31 December, monday and tuesday of Carnival, saturday before Easter.*

