

# ARAVINDA YOGA SHALA

SEGUNDA MONDAY	TERÇA TUESDAY	QUARTA WEDNESDAY	QUINTA THURSDAY	SEXTA FRIDAY
	08:00 - 09:00 Yoga Dinâmico (Cátia) 		08:00 - 09:00 Yoga Dinâmico (Cátia) 	
	9:30 - 10:45 Vinyasa Flow <i>Led in English</i> (Andreina)  		9:30 - 10:45 Vinyasa Flow <i>Led in English</i> (Andreina)  	
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 (Joana / Cátia)  	19:00 - 20:00 Ballerina Body (Inês)  	19:00 - 20:00 Yoga Dinâmico (Joana / Cátia)  	



Aulas presenciais  
*In-person classes*



Aulas online  
*Live streaming classes*

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.*

