

RANCHO
SANTANA

HORARIO SEMANAL DE YOGA

DEL 17 DE NOVIEMBRE AL 23 DE NOVIEMBRE

EVENTOS ESPECIALES Únete a un Viaje de Respiración Consciente y Reiki 17 26 DE NOVIEMBRE La Palapa de Yoga 11 am - 1 pm C\$1,831 / US\$50 por persona	LUNES 17	MARTES 18	MIÉRCOLES 19	JUEVES 20	VIERNES 21	SÁBADO 22	DOMINGO 23
		8 AM Pilates	7:30 AM Qi Gong Flow	8 AM Pilates	7:30 AM Vinyasa con FitSouls*	9 AM Vinyasa Yoga	7:30 AM Full Body Functional Fitness con FitSouls*
	9 AM Active Flow Yoga		9 AM Vinyasa Yoga		9 AM Slow Flow	10 AM Rhythm & Groove Dance	9 AM Slow Flow
Fluye Hacia la Gratitude VIERNES 28 DE NOVIEMBRE La Palapa de Yoga 11:11 am - 1:11 pm C\$1,282 / US\$35 por persona	5:30 PM Candle Light Yin	5:30 PM Rhythm & Groove Dance		5:30 PM Yin Restorative Yoga con FitSouls*	5:30 PM Qi Gong Flow	5:30 PM Sunset Vinyasa Flow con Dj & Cacao con FitSouls*	11 AM Pilates Strength & Mobility
	ACTIVE FLOW YOGA Un flujo dinámico de yoga acompañado de respiración y contemplación consciente del cuerpo.		RHYTHM & GROOVE DANCE Una clase de danza fluida inspirada en el Afrobeat, apta para todos los niveles.		QI GONG FLOW Una práctica meditativa y suave que combina movimientos lentos y fluidos con respiración e intención, cultivando equilibrio, energía y relajación.		
	VINYASA YOGA Es una práctica dinámica que sincroniza la respiración y el movimiento creando fluidez en la mente y el cuerpo.		SLOW FLOW Una práctica a ritmo más pausado que conecta la respiración y el movimiento.		PILATES STRENGTH & MOBILITY Un entrenamiento de cuerpo completo que combina Pilates con movimientos funcionales controlados de rango completo, dejándote con una sensación de fuerza, tonificación y apertura.		

CLASE SIN CITA PREVIA C\$919 / US\$25 C/U*

CLASES PRIVADAS C\$2,930 / US\$80 PARA 2 PERSONAS

C\$732 / US\$20 POR PERSONA DESPUÉS DE LA INSCRIPCIÓN INICIAL DE C\$2,930 / US\$80

*LAS CLASES MARCADAS FORMAN PARTE DEL PROGRAMA FITSOULS WELLNESS JOURNEY Y NO PUEDEN INCLUIRSE DENTRO DEL PAQUETE DE PROPIETARIOS NI DE NINGÚN OTRO PAQUETE. LA CLASE SUNSET VINYASA FLOW CON DJ EN VIVO Y CACAO ESTÁ DISPONIBLE POR C\$1,832 / US\$50.

SI ES UN PROPIETARIO PREGUNTA SOBRE NUESTRO PAQUETE DE 10 CLASES
TODAS LAS CLASES SON APTAS PARA YOGIS DE TODOS LOS NIVELES.



PARA MÁS INFORMACIÓN SOBRE LA EXPERIENCIA FITSOULS WELLNESS JOURNEY POR FAVOR
CONTACTE A CONCIERGE@RANCHOSANTANA.COM