

YOU CALL THIS YOGA presenta

Yoga de Invierno 2022

10 DE ENERO al 19 DE MARZO

Gratis, yoga accesible en todo el mundo • Clases en español e inglés •
Todas las clases en horario EST (Nueva York/ Miami) Revisar tu calendario

LUNES

11:00 AM EST

YOGA SANADOR EN SILLA

JJ Gormley

Auspiciado por [Active Healthcare](#)

1:00 PM EST

YOGA GENTIL

Michael Woodhouse

Auspiciado por

[Waverly Hematology Oncology](#)

MARTES

10:30 AM EST

YOGA BASICO ACTIVO

Kristen Rae

Auspiciado por

[Waverly Hematology Oncology](#)

JUEVES

7:00 PM EST

YOGA FLOW BILINGUE

Carolina Chavez

Auspiciado por

[Donantes a You Call This Yoga](#)

VIERNES

10:30 AM EST

ESTIRATE Y DESCANSA

Kristen Rae

Auspiciado por

[Donantes a You Call This Yoga](#)

12:00 PM EST

YOGA PARA EL CUIDADO DE LA ESPALDA

Anjana Rathore

Auspiciado por [Active Healthcare](#)

7:00 PM EST

YIN PARA DORMIR Y RELAJARSE

Kiesha Battles

Auspiciado por [Tyndall Treehouse](#)

SÁBADO

10:00 AM EST

YOGA EN SILLA Y DE PIE

Amma Fandino y Juan Martinez

Auspiciado por

[Donantes a You Call This Yoga](#)



CONOCE MÁS Y REGÍSTRATE:
youcallthisyoga.org/winter-yoga-2022/

You call this

YOGA.