

YOU CALL THIS YOGA presenta

YOGA DE VERANO

2022

Fechas nuevas: 18 de Julio a 27 de Agosto

Gratis y virtual. Yoga accesible en todo el mundo

Clases en español e inglés • Clases Bilingue en persona

Todas las clases en horario EST (hora Nueva York/ Miami) Revise sus horarios

LUNES

11:00 AM

YOGA SANADOR EN SILLA

con **JJ Gormley**, en inglés

(previamente grabado,

presentado por instructor invitado)

Auspiciado por Active Healthcare

12:00 PM

YOGA SUAVE con

Michaele Woodhouse, en inglés

(previamente grabado,

presentado por instructor invitado)

Auspiciado por

Waverly Hematology Oncology

6:30 PM

YOGA FLOW BILINGUE

con **Carolina Chavez**

en Dorothea Dix Park, Raleigh

Fechas: 18 de Julio, 1ro de Agosto y 15 de Agosto

Auspiciado por Donante a YCTY

MARTES

10:30 AM

YOGA BASICO ACTIVO

con **Kristen Rae**, en inglés

Auspiciado por

Waverly Hematology Oncology

7:00 PM

YOGA PARA REGULACION

DE EMOCIONES

con **Amma Fandino**, en español

Auspiciado por Donante a YCTY

MIERCOLES

7:00 PM

YOGA FLOW BILINGUE

con **Carolina Chavez**

en Forest Hills Park, Durham

Fechas: 27 de Julio, 10 de Agosto y 24 de Agosto

Auspiciado por Donante a YCTY

JUEVES

7:00 PM

ELONGAMIENTO PROFUNDO

con **Niambi Goings**, en inglés

Auspiciado por

Donante a YCTY

VIERNES

10:30 AM

ESTIRATE Y DESCANSA

con **Kristen Rae**, en inglés

Auspiciado por

Active Healthcare

SÁBADO

10:00 AM

YOGA EN SILLA Y DE PIE

con **Amma Fandino**, en español

Auspiciado por

Donante a YCTY

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

You call this

YOGA.