



Primera clase gratuita

**En el Centro de Artesanía de las Artes Escénicas siguen surgiendo actividades con colaboradores.** Si tu también tienes una propuesta que hacernos no dudes en contactarnos.

Práctica de Hatha Yoga. Clase multinivel, basada en posturas, movimiento y técnicas de respiración. El yoga es una práctica meditativa que conecta con nuestro ser físico, que además contribuye a la mejora de nuestra salud integral. Esta práctica está dirigida a cualquier persona que sienta la necesidad explorar sus posibilidades físicas y mentales o de descansar de la rutina de su vida diaria externa.

Precios:

10 euros la clase suelta

7 euros la clase pagando abono mensual

7 euros la clase suelta para alumnos del centro de Residui Teatro

Tenemos descuentos para estudiantes y desempleados.

Horarios: Viernes, Sábado y Domingo.

Imparte Astrid Jaimen

Para inscribirte escribe a: [astrid.jaimen@gmail.com](mailto:astrid.jaimen@gmail.com)

\* Astrid Jaimén: Empecé a hacer yoga en el año 2005 con Malena Blasini (certificada por Dona Holleman) en el centro Sukhavati Yoga, en el cual también di clases durante un año. Además, en este y otros centros, he tomado cursos del método Iyengar y practicado Ashtanga estilo Mysore durante 3 años.

**DONDE:** Centro de Artesanía de las Artes Escénicas.

Calle Ercilla, 48. Metro Embajadores, Delicias

[www.residuiteatro.com](http://www.residuiteatro.com)

[info@residuiteatro.it](mailto:info@residuiteatro.it)

\*ACTIVIDAD SOLO PARA SOCIOS.

El Carnet asociativo cuesta 3 euros y se renueva al comienzo de cada año.

(Pincha [AQUÍ](#) para conocer las oportunidades para socios que ofrece la asociación Residui Teatro)

\* Para participar en los cursos y actividades que se desarrollen en el Centro de Artesanía de las Artes Escénicas es necesario adquirir el carnet de socio de Residui Teatro. **El coste es de 3 euros**

y se renueva al comienzo de cada año. ¡Ayúdanos a sostener el proyecto!

[Joomla SEO powered by JoomSEF](#)