



SA BASSA ROTJA

ECOTURISME

Yoga

La práctica del yoga en *Sa Bassa Rotja* está pensada para ser un espacio acogedor. Yoga en su traducción más simple significa unión, y eso es lo que es; Unir el espíritu, la mente y el cuerpo en el mismo lugar al mismo tiempo. Nuestras clases son muy conscientes de la alineación y la respiración y combinan a la perfección el movimiento fluido con una atención más detallada y el tiempo dedicado a las posturas individuales. La atención personal y los ajustes, así como las modificaciones de posturas basadas en una comprensión terapéutica de la naturaleza individual del cuerpo humano, son una característica vital. Comience su mañana despertando su cuerpo a su máximo potencial y aproveche su propia fuerza interior.
¡Todos los cuerpos y niveles son bienvenidos! "

Clases yoga semanales:

Todo el año - jueves o sábado a las 9h
Gratuito

Bajo petición- antelación mínima 48h

Clases yoga diarias

Lunes a sábado a las 8h - mín. 2 personas

25€ por persona

Clases privadas yoga bajo demanda

Lunes a sábado -
Horario a convenir 8h o 19h.

85€ por persona

Bono 10 clases yoga:

Horario a determinar, meses a determinar

220€ por persona