



## Yoga Tomelloso



### FÍSICO

Paz interior  
Fuerza y energía  
Flexibilidad y firmeza



### MENTAL

Libera estrés  
Gana concentración  
Descansa mejor



### TERAPÉUTICO

Aumenta movilidad  
Recupera lesiones  
Bienestar y calma



### INFANTIL

Educación en valores  
Atención y quietud  
Equilibrio emocional

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Terapéutico 12:00 - 13:30		Terapéutico 12:00 - 13:30		Infantil 16:30 - 18:00
Mental 19:30 - 21:00	Terapéutico 17:00 - 18:30	Físico 18:00 - 19:30	Mental 17:00 - 18:30	
Físico 21:00 - 22:30	Físico 19:00 - 20:30	Mental 21:00 - 22:30	Físico 19:00 - 20:30	

“Realiza tu combinación preferida, eligiendo los días y el estilo de Yoga que más te guste”.



### Masajes

Abhyanga Tradicional hindú  
para la ansiedad y el estrés

- Centro seguro Covid-19
- Aire Purificado
- Grupos Reducidos
- Todos los niveles



### Talleres

Actividades de ocio y  
crecimiento personal

## INSCRIPCIÓN Y RESERVAS

646 594 704

C/ HERMANDAD DE DONANTES DE SANGRE, 5

[WWW.YOGATOMELLOSO.COM](http://WWW.YOGATOMELLOSO.COM)