

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			Yoga 1 Energía Vital 12min	Chakra 2 del Aire 35min	Meditación 3 Positiva 5min	Yoga 4 Lento 28min
Yoga Super 5 Relax 23min	Técnicas de 6 respiración	Yoga para 7 Mujeres 25min	Yoga Energía 8 Femenina 30min	Yoga Libera 9 Dolor Acumulado 22min	Relajación 10 Savasana 10min	Yoga Todo 11 el Cuerpo 30min
Yoga 12 Nidra 18min	Yoga 13 Intenso 1 hora	Posturas para 14 Calmar Nervios	Yoga 15 Buen Día 11min	Yoga 16 Detox 33min	Yoga 17 Esencia 20min	Yoga Salud 18 Digestiva 15min
Ejercicio 19 de Kegel 10min	Yoga 20 Liberate 13min	Yin Yoga 21 28 min	Pranayama 22 11min	Amaras 23 esta Clase 40min	Meditación 24 10min	Yoga 25 Rainbow 27min
Yoga Sol 26 y Luna	Yoga 27 Suelo Pélvico 18min	Yoga 28 Al Despertar 10min	Yoga 29 Energía Positiva 19min	Yoga Poder 30 Guerrero 20min	SPA 31 Yoga	

***Este calendario es mi regalo para ti.  
Descarga y sigue el calendario gratis cada mes en:  
[www.daleyogaatuvida.com](http://www.daleyogaatuvida.com)***