

# CLASES PRIVADAS ONLINE

Individuales o en Grupo reducido

Hatha Vinyasa Yoga / Yin Yoga / Meditación

Cualquier clase incluye:

- La clase en directo
- Envío de la grabación para repetirla (solo a los asistentes de la clase, aunque entiendo que hay excepciones)
- Ejercicios de "deberes" durante la semana

\*Recomiendo tener un compromiso de por lo menos 3 meses para poder avanzar en tus objetivos.



# YOGA + MEDITACIÓN

Duración de las clases: 70 min.

Práctica completa con 10' de meditación y 60' de yoga

## PRIVADAS INDIVIDUALES

---

Nos enfocaremos en tus necesidades individuales, trabajando con uno o dos objetivos claros durante por lo menos 3 meses.

- **Clase suelta - 35€**
- **4 clases al mes - 115€** cada clase te sale a 29€
- **8 clases al mes - 220€** cada clase te sale a 27,5€

## GRUPOS REDUCIDOS

---

El precio se divide entre los integrantes del grupo, tanto si sois 2 como 4

El grupo será de máximo 4 personas, y cerraremos un horario fijo semanal (que puede modificarse esporádicamente)

- **4 clases al mes - 180€** son 45€/persona si sois 4 (cada clase te sale a 11,25€)
- **8 clases al mes - 290€** son 72€/persona si sois 4 (cada clase te sale a 9€)



# MEDITACIÓN

Duración de las clases: 30-40 min.

En cada clase habrá dudas y teoría, y unos 20' de meditación guiada.

## PRIVADAS INDIVIDUALES

---

Nos enfocaremos en tus necesidades individuales, trabajando con uno o dos objetivos claros durante por lo menos 3 meses.

- **Clase suelta - 25€**
- **4 clases al mes - 80€** cada clase te sale a 20€
- **8 clases al mes - 140€** cada clase te sale a 17,5€

## GRUPOS REDUCIDOS

---

El precio se divide entre los integrantes del grupo, tanto si sois 2 como 4

El grupo será de máximo 4 personas, y cerraremos un horario fijo semanal (que puede modificarse esporádicamente)

- **4 clases al mes - 100€** son 25€/persona si sois 4 (cada clase te sale a 6,25€)
- **8 clases al mes - 160€** son 40€/persona si sois 4 (cada clase te sale 5€)

## - PARA TODOS LOS NIVELES

Tanto si es particular como en grupo, no te preocupes por el nivel, trabajaremos desde donde estés. El yoga es para todos :)

## - "ME GUSTARÍA PRACTICAR EN UN GRUPO REDUCIDO PERO AÚN NO TENGO GRUPO"

Si este es tu caso, y no tienes el grupo, escíbeme por que intentaré juntarte en algún grupo que se esté formando.

## - PAGOS

Las clases se pagan a principio de mes a través de Bizum o transferencia.

Para más información o para reservar escíbeme a mi email:  
[aidagineryoga@gmail.com](mailto:aidagineryoga@gmail.com)