

SESIONES DE
YOGA
PARTICULARES
- A DOMICILIO -



Escucha. Observa. Siente.

Comprende.

Tu vida está en curso

Jrene
CARMENA

ONE TO ONE

Totalmente adaptada a ti. Descubre cómo funciona tu cuerpo y cómo desarrollar una práctica de manera segura y personalizada. El primer día te realizaremos un **estudio de la postura** y de estilo de vida para diseñar las sesiones según tu momento vital y tu estructura física. La sesión puede incluir asanas, masaje thai, ejercicios de fuerza y flexibilidad, ejercicios de respiración y meditación.

Duración: 60 min.

SESIÓN SUELTA INDIVIDUAL.....	60€
BONO 5 SESIONES.....	280€
BONO 10 SESIONES.....	550€

SESIÓN DÚO

Cada individuo es totalmente único y diferente, por eso, aunque se hará una práctica integral, algunas posturas y ejercicios se adaptarán a cada miembro. La sesión dúo también incluye el estudio corporal de cada uno.

Duración: 60 - 75 min

SESIÓN SUELTA EN PAREJA.....	75€
BONO 5 SESIONES.....	350€
BONO 10 SESIONES.....	650€

SESIÓN GRUPAL

Un formato muy divertido para compartir con amigos o compañeros de trabajo. En estas sesiones no existe el estudio personalizado para cada miembro. El precio se mantiene igual desde 3 a 6 personas.

Duración: 60 - 75 min

SESIÓN SUELTA EN PAREJA.....	90€
BONO 5 SESIONES.....	420€



RESERVAS Y POLÍTICA DE CANCELACIÓN



PAGOS: El pago del bono se realizará **el mismo día de la primera sesión** por transferencia o efectivo. Las clases sueltas se abonarán **ANTES de la sesión** por transferencia o efectivo.

IRENE CARMENA APARICIO IBAN ES56 2100 2225 4102 0055 5060

CANCELACIÓN: Si la clase ya está agendada y quieres cancelarla, tienes que avisar con **5 horas de antelación** a la profesora, vía WhatsApp o llamada. Si no, se considerará que dicha sesión ha sido disfrutada y se descontará del bono, o en caso de ser sesión suelta se cobrará 20€ más en la siguiente sesión como penalización.

CADUCIDAD: Los bonos de 5 sesiones tienen una caducidad de 3 meses y los bonos de 10 sesiones tienen una caducidad de 6 meses.

LUGAR: Pueden ser en domicilio (desplazamientos fuera de la M40 puede tener un recargo de 10€/sesión), en un parque o en la Sala de Yoga, Av. Badajoz 21, Madrid (se cobrará a parte el alquiler de la sala: 15€/hora aprox.)

RESERVAS: WhatsApp +34 **670 705 485** o Email **yogadanzainfo@gmail.com**

