VACACIONES ASHTANGA YOGA ST. CUGAT
21-28 AGOSTO 2023

	LUNES 21	MARTES 22	MIÉRCOLES 23	JUEVES 24	VIERNES 25	SÁBADO 26	DOMINGO 27	LUNES 28
7h		Mysore	Mysore	Mysore	Mysore	Mysore	Mysore	Mysore
8h								
9h				Desayuno				
		Desayuno	Desayuno		Desayuno	Desayuno	Desayuno	Desayuno
10h			Visita guiada Besalú Ciutat Medieval	Barranquismo Barranc del Gurn Salir de la casa a las 9:45h				Costura
11h		Taller Ashtanga Alineación			Taller Ashtanga Dristis	Taller Ashtanga Técnica de Asanas	Taller Ashtanga Healing	
12h								
13h								
14h		Comida	Comida		Comida	Comida	Comida	Comida
				Comida Pícnic				
15h								
16h						Playa Llançà		Despedida
17h		Hierbas Medicinales			Huerto		Cerámica	
18h	Bienvenida		Taller Ashtanga Vinyasa	Taller Ashtanga Bandhas				
19h								
20h	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena	Cena Pícnic	Cena	
21h								