

Clases de Yoga

En los siguientes enlaces podrás acceder a clases de yoga realizados por la profesora Ayamsem Grez y con la participación de Matías Goldberg.

Anímate a practicar esta disciplina milenaria, que nos ayuda a mantener nuestra salud física y mental.

Clase 1

<https://vimeo.com/409900747>

Clase 2

<https://vimeo.com/413788189>

Clase 3

<https://vimeo.com/416001823>

Clase 4

<https://vimeo.com/419963316>

Clase 5

<https://vimeo.com/423767608>

Clase 6

<https://vimeo.com/427407486>

Clase 7

<https://vimeo.com/430773536>

Clase 8

<https://vimeo.com/433232345>

Clase 9

<https://vimeo.com/445741784>

Clase 10

<https://vimeo.com/459916344>

