

WELLNESS

workout



PROGRAMA DE EJERCICIOS/ EXERCISES PROGRAM

Lunes / Monday

Pilates 8:00 am (Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Yin Yoga 9:30 am (Gazebo)

Martes / Tuesday

Hatha Yoga 8:15 am (Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Miércoles / Wednesday

Danza terapia/ Dance therapy 8:00 am (Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Yin Yoga 9:30 am (Gazebo)

Jueves / Thursday

Hatha Yoga 8:15 am (Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Viernes / Friday

Pilates 8:00 am (Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Sábado / Saturday

Baile Fitness / Fitness Dance 8:15 am

(Salón Tamayo 2 / Tamayo 2 ballroom)

Para reservaciones por favor contactar a su concierge personal

For reservation please contact your personal concierge