

# · CLASES DE YOGA ONLINE ·

EN DIRECTO Y EN DIFERIDO, ESTÉS DONDE ESTÉS

## Acerca de las clases

Este espacio **online** nace para que puedas seguir cultivando tu práctica con la calma, la cercanía y el acompañamiento de siempre.

Cada mes disfrutarás de **4 clases en directo y en diferido** (una por semana).

**La grabación** de cada clase la tendrás disponible durante 30 días desde la fecha del directo.

## Modalidad de práctica

- **En directo:** cada Martes de 17:30 a 18:30 (hora peninsular)
- **Diferido:** Grabaciones disponibles durante 30 días

*\*Si un martes es festivo, la clase se trasladará al Jueves de esa misma semana.*

## Como funciona

- **Reserva tu plaza** contactando directamente conmigo.
- Una vez confirmada la reserva, recibirás todos los detalles y el acceso a las clases.
- Practica en **directo o en diferido** cuando lo necesites.
- Cada mes incluye **4 clases completas** (1 por semana).

## Material necesario

- Una esterilla de Yoga y ropa cómoda.
- Un espacio tranquilo y con buena iluminación.
- Conexión a internet.

*\*Tener la cámara encendida es **opcional**.*

*Si prefieres que te vaya ayudando a perfilar detalles o ajustes durante la práctica **en directo**, es **importante** que tu cámara te muestre de forma clara y a cuerpo completo, de modo que pueda verte bien y acompañarte con mayor atención.*

## PRECIO DE LANZAMIENTO

**15 €/mes**

## Preguntas frecuentes

- **¿Tengo que tener la cámara encendida durante el directo?**

No es necesario, esto es opcional. Puedes practicar con la cámara apagada si lo prefieres. Lo importante es que te sientas cómoda/o y disfrutes de tu práctica.

- **¿Qué nivel necesito para participar?**

Las clases están pensadas para todos los niveles. La práctica será accesible para todas. Yo te ayudaré a que eso sea posible.

- **¿Qué pasa si no puedo o no quiero asistir en directo?**

Puedes acceder solo a las grabaciones durante los 30 días siguientes a la clase y realizar esa misma práctica cuando tu quieras.

- **¿Cuándo se empieza?**

Cuando tu quieras.

- **¿Cómo reservo mi plaza?**

Escríbeme directamente y te enviaré las instrucciones paso a paso. Aquí debajo tienes mi contacto.

## Contacto

### RESERVA TU PLAZA:

@creatuyoga | [www.creatuyoga.com](http://www.creatuyoga.com)  
[creatuyoga13@gmail.com](mailto:creatuyoga13@gmail.com)

*Si tienes alguna duda, estoy encantada de ayudarte.*

*Un abrazo,*

*Marta.*



[www.creatuyoga.com](http://www.creatuyoga.com)

