

LA GAVINA

Bienestar | Wellbeing



Hostal de La Gavina

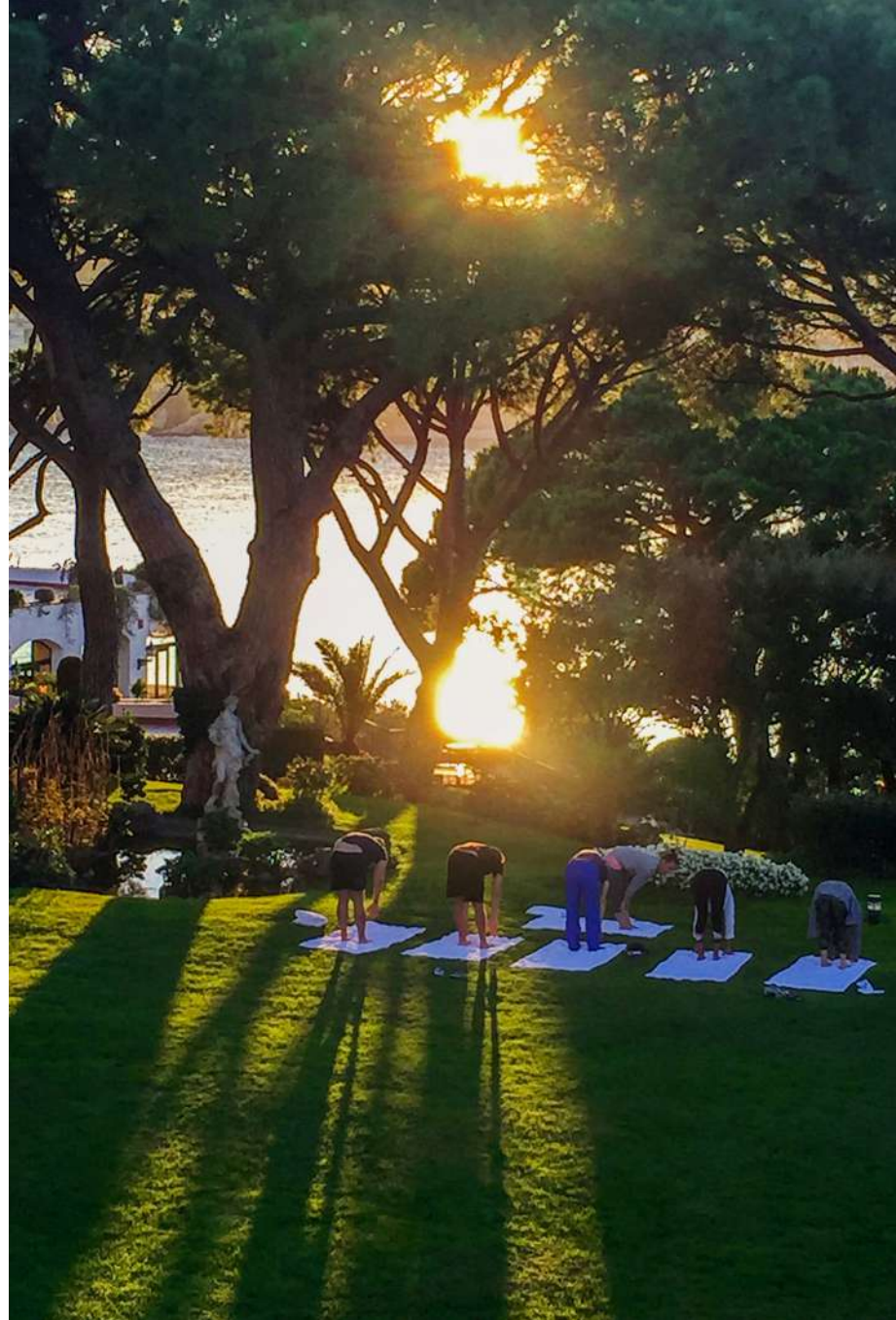
* * * * * GL

S'Agaró



En La Gavina tenemos una obsesión por su bienestar. El descanso, la dieta mediterránea y también tenemos a su disposición **clases de yoga, aero-yoga, pilates y fitness** con los mejores y más dinámicos profesores. Disfrute de la magia de nuestros magníficos espacios exteriores y un entorno natural único para reconectar.

At La Gavina our your wellbeing has become much of an obsession. Enjoy the tastes of a healthy Mediterranean diet and enjoy from a range of classes: **yoga, aero-yoga, pilates and fitness**, taught by the best and most dynamic instructors. Enjoy the magic of our magnificent outdoor spaces and a unique natural environment to reconnect.



Bienestar | Wellbeing

Yoga*

Hatha Yoga
Nidra Yoga
Integral Yoga
Asthanga Yoga
Vini Yoga

Pilates

Full Body Pilates
Pilates Fitball
Postural Pilates
Pilates Reformer

Entrenamiento Personal Personal Training

CV Training
Functional Training
TRX
Kinesis
HIIT
Fitness

(*)

Clases particulares, bajo previa demanda.
Organizamos también
retiros para grupos de yoga

Private classes, upon prior reservation.
We also organise
Yoga retreats for groups



Para más información, contacte con: | For more information please contact:

reservas@lagavina.com

T. +34 972 321 100

Hostal de La Gavina S'Agaró (Costa Brava) Girona, Spain www.lagavina.com