

*Yoganímate*

# PODCAST

---

LIDIA MARTÍNEZ



*Para que puedas encontrar a todas las maravillosas personas que han pasado por el Podcast y sigas creciendo, aquí te dejo cómo puedes encontrarlos.*

*Con Cariño,*

*Lidia.*

*Comenzar a Practicar Yoga, con Susi Mas*

# EPISODIO 2:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/institutodeyoga/>

Facebook - <https://www.facebook.com/institutodeyogayformacion/>

Página Web - <http://institutodeyoga.es>

*Menstruación, ciclo femenino y yoga, con Ángela Santos*

# EPISODIO 3:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/jara.escueladeyoga/>

Página Web - <https://www.jarayoga.com>

*Acroyoga y otras locuras, con Julia Arteaga*

# EPISODIO 4:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/yoguineando/>

Facebook - <https://www.facebook.com/yoguineando/>

Página Web - <https://yoguineando.com>

*Los Chakras y sus Piedras, con Silvia Edo*

# EPISODIO 5:

---

Instagram - [https://www.instagram.com/edology\\_gems/](https://www.instagram.com/edology_gems/)

Página Web - <https://www.edology.es>

*Yoga para niños, con Cayetana Rodenas*

# EPISODIO 6:

---

Instagram - [https://www.instagram.com/yoga\\_and\\_kids/](https://www.instagram.com/yoga_and_kids/)

Página Web - <http://www.yogakidsworld.com>

*Sierra Leone Yoga Project, con Iris y Ana*

# EPISODIO 7:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/sierraleoneyogaproject/>

Página Web - <https://www.sierraleoneyogaproject.com>

*Practicar Yoga y Ser Sostenible, con Nahir Abrain*

# EPISODIO 8:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/esturirafi/>

Página Web - <https://www.esturirafi.com>

*Yoga para Embarazadas y Postparto, con Gabriela Litschi*

# EPISODIO 9:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/gabrielalitschiyoga/>

Página Web - <https://www.naturayterapia.com>

*Aceites Esenciales para Yoga, con Irya y Fermi*

# EPISODIO 10:

---

Instagram - [https://www.instagram.com/irya\\_devi/](https://www.instagram.com/irya_devi/)

Instagram - [https://www.instagram.com/passionforoils\\_by\\_fermi/](https://www.instagram.com/passionforoils_by_fermi/)

Página Web - <http://passionforoils.com/index.html>

*Sankalpa, con Ángela Jimenez*

# EPISODIO EXTRA:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/anandalax/>

Página Web - <https://simplémentese.com/#>

Página Web Taller Online - <https://www.yoganimate.com/taller-sankalpa/>

*Yoga en Internet, los medios digitales, con Susi Más*

# EPISODIO 11:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/institutodeyoga/>

Facebook - <https://www.facebook.com/institutodeyogayformacion/>

Página Web - <http://institutodeyoga.es>

*La anatomía en Yoga, con Julia Zatta*

# EPISODIO 12:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/zattajulia/>

Página Web - <http://www.juliazatta.com/es/>



*Yoga y Deporte, con Ariadna Gador*

# EPISODIO 13:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/arigadoryoga/>

Página Web - <https://arigador.com>

*Yin Yoga y equilibrio, con Maite Aguirre*

# EPISODIO 14:

---

Instagram - [https://www.instagram.com/soy\\_yogi/](https://www.instagram.com/soy_yogi/)

Página Web - <https://www.soyyogi.com>

*Virayoga, el arte de la fusión, con Arjuna*

# EPISODIO 15:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/yogaconarjuna/>

Página Web - <http://www.yogaconarjuna.com>

*Asanas Invertidas, con Aida Navarro*

# EPISODIO 16:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/aidaventure/>

Página Web - <https://aidaventure.com>

*Los Chakras, con Vanessa Birnbaum*

# EPISODIO 17:

---

Instagram - <https://www.instagram.com/allyoucanyoga/>

Instagram - <https://www.instagram.com/vanebir/>

Página Web - <https://allyoucanyoga.com>