

РАСПИСАНИЕ АПРЕЛЬ 2024

| Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|---|---|---|--|---|--|--|
| 7:00-8:30* Цигун Энергетические практики арабский зал (300р.) Алексей Зиновьев | 6:50-8:20* Хатха Йога (300р.) новый зал Наталья Агафонова | 9:00-10:30* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова | 6:50-8:20* Хатха йога (300р) новый зал Наталья Агафонова | 9:00-10:30* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова | 09:00-10:30* Хатха йога.Мягкая практика японский зал Алена Коваленко | 10:00-11:00* Перезагрузка (500 р) Арабский зал Мила Ушкова |
| 8:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев | 7:00-8:45* АВ йога (300р) индийский зал Екатерина Грачева | 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Элина Камбурова | 7:00-8:30* Кундалини йога японский зал (300р.) Алексей Зиновьев | 10:40-12:10* Йога в гамаках Новый зал Наталья Воронцова | 09:30-11:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова | 10:00-11:30* Рейжи * индийский зал Андрей Шатырев |
| 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Элина Камбурова | 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева | 10:40-12:10* Йога в гамаках Новый зал Наталья Воронцова | 7:00-8:45* АВ йога индийский зал (300р.) Екатерина Грачева | 13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская | 10:00-11:30* Виньяса Флоу арабский зал Анастасия Шаповалова | 10:30-12:30* АВ йога японский зал Екатерина Грачева |
| 13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская | 17:30-18:30* Силовая хатха йога индийский зал Элина Камбурова | 13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская | 08:30-10:00* Цигун Энергетические практики японский зал Алексей Зиновьев | 17:00-18:30* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина | 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева | 12:00-13:30* Йога силы и гибкости индийский зал Алена Муренкова |
| 17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов | 18:00-20:00* Кундалини йога арабский зал Борис Смирнов | 16:00-17:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова | 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева | 17:30-19:00* Хатха йога.Мягкая практика японский зал Алена Коваленко | 11:00-12:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова | 12:00-13:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская |
| 17:30-19:00* Хатха йога.Мягкая практика арабский зал Алена Коваленко | 18:30-20:00* Йогатерапия позвоночника и суставов японский зал Наталья Асessorова | 17:30-19:00* Йога КПП индийский зал Любовь Машталер | 17:30-19:00* Йога и медитация арабский зал Элина Камбурова | 18:30-20:00* Цигун индийский зал Алексей Зиновьев | 11:00-13:00* Кундалини йога японский зал Смирнов Борис/Зозуля Кирилл | 13:30-15:00* Кундалини йога Арабский зал Алексей Зиновьев |
| 18:30-20:30* Тайчи индийский зал Александр Сорокин | 18:30-20:30* Йога в гамаках Новый зал Алена Муренкова | 17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова | 18:00-20:00* Практики саморегуляции Кундалини йога японский зал Кирилл Зозуля | 18:30-20:30* Тайчи новый зал Александр Сорокин | 11:30-13:00* Рейжи арабский зал Семен Бабенков | 13:30-15:00* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина |
| 19:00-20:15* Виньяса Флоу арабский зал Анастасия Шаповалова | 18:30-20:00* Мягкая практика. Хатха йога индийский зал | 17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов | 18:30-20:00* Йогатерапия для женского здоровья Новый зал Наталья Асessorова | 19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева | 12:30-14:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова | 13:30-15:00* Дыхательные практики и звуковая медитация японский зал Наталья Лиманская |
| 19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов | 20:00-21:45* Хатха Йога индийский зал Екатерина Грачева | 18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин | 18:30-20:00* Наталья Асessorова | 19:00-20:30* Кундалини Шакти Женские практики арабский зал Кирилл Зозуля | 13:00-14:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева | 15:00-16:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская |
| 19:00-20:30* Хатха Йога Новый зал Екатерина Грачева | 20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Асessorова | 19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова | 19:00-20:15* Хатха йога арабский зал Анастасия Шаповалова | 20:15-21:45* Йога звука (300р.) индийский зал Владимир Прокопенко | 13:00-14:00* Йога нидра японский зал Элина Камбурова | |
| | | 19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов | 20:00-21:45* Раджа йога японский зал Семен Бабенков | | | |
| | | 19:30-21:00* Йога Нидра индийский зал Ирина Грошева | 20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Асessorова | | | |
| | | | 20:00-21:45* Хатха Йога индийский зал Екатерина Грачева | | | |

***необходима предварительная запись тел. 8 (951) 547 45 43**

*обязательная отмена записи за 2 часа до начала практики.

В случае, если Вы не предупредили об отмене,
с Вашего абонемента будет списано занятие.