

РАСПИСАНИЕ ФЕВРАЛЬ 2023

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	7:00-8:15* Йога в гамаках (300р.) Новый зал Алена Муренкова	6:50-8:20* Хатха йога (300р) новый зал Наталья Агафонова	7:00-8:15* Йога в гамаках (300р.) Новый зал Алена Муренкова	09:30-11:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	10:00-12:00 Рейки * индийский зал Андрей Шатырев
8:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	7:00-8:45* АВ йога (300р) индийский зал Екатерина Грачева	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	7:00-8:30* Цигун Энергетические практики японский зал (300р) Алексей Зиновьев	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление арабский зал Галина Сафа	10:00-11:30* Йога метод Новый зал Наталья Лиманская
11:30-13:00* Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	16:00-17:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	7:00-8:45* АВ йога индийский зал (300р) Екатерина Грачева	17:00-18:30* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	10:30-12:30* АВ йога японский зал Екатерина Грачева
13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление арабский зал Галина Сафа	17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	08:30-10:00* Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	18:30-20:00* Цигун индийский зал Алексей Зиновьев	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* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	18:30-20:00* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	11:00-13:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	13:30-15:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Воронцова	18:00-19:30* Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление арабский зал Галина Сафа	18:30-20:00* Цигун Новый зал Оксана Черных	12:30-14:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	13:30-15:00* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина
18:30-20:00* Цигун арабский зал Оксана Черных	13:00-14:30* Хатха Йога арабский зал Наталья Воронцова	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	12:30-14:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	14:00-15:00* Дыхательные практики и звуковая медитация японский зал Наталья Лиманская
18:30-20:30 * Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	17:30-18:30* Калланетика индийский зал Катя Латинская	19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Воронцова	20:15-21:45* Йога звука (300р.) индийский зал Владимир Прокопенко	13:00-14:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	
19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Смирнов Борис	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	13:00-14:30* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова			
19:00-20:30* Хатха Йога Новый зал Екатерина Грачева						
	18:30-20:00* Цигун	19:30-21:00* Йога Нидра				

арабский зал Алексей Зиновьев	индийский зал Ирина Грошева	
18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Елена Муренкова		18:00-20:00* Практики саморегуляции Кундалини йога арабский зал Зозуля Кирилл
18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога индийский зал Лариса Усачева		18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Елена Муренкова
20:00-21:45* Хатха Йога индийский зал Екатерина Грачева		18:30-20:00 * Мягкая практика.Хатха индийский зал Лариса Усачева
		20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева
		20:00-21:15* Практика Шавасана японский зал Алена Муренкова