РАСПИСАНИЕ ЯНВАРЬ 2020

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:00-8:45 Приветствие солнцу (250р) японский зал Екатерина Грачева	**6:50-8:20** Хатха Йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	**7:00-8:45** Приветствие солнцу индийский зал (250р) Екатерина Грачева	**6:50-8:20** Хатха йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	**7:00-8:45** Приветствие солнцу индийский зал (250р) Екатерина Грачева	**09:00-10:30** АнСинДао индийский зал Ирина Грошева	**9:00-12:00** Рейки *(кто имеет инициацию) индийский зал Андрей Шатырев Ирина Грошева
7:00-8:30 Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	**07:00-09:00*** Кундалини Медитация арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	**09:30-11:00** Хатха йога Новый зал Денис Перунов	**7:00-8:30** Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	**9:30-11:30** Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	**09:00-11:00** Аштанга Виньяса йога. Майсор класс. арабский зал Ольга Софьянникова	**10:00-11:50** Хатха й ога Новый зал Кристина и Алексей Булавины
8:30-10:00 Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	**07:00-09:00*** Цигун японский зал Оксана Черных	**10:00-11:30** Хатха йога японский зал Олеся Куприянова	**08:30-10:00** Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	**09:30-11:00** Хатха йога Новый зал Денис Перунов	**09:30-11:00** Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	**10:00-11:30** Хатха йога арабский зал Наталья Агафонова
9:30-11:30 Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	**09:00-10:30** Йога силы и гибкости японский зал Елена Муренкова	**10:00-11:30** Йогатерапия арабский зал Екатерина Грачева	**09:00-10:30** Йога силы и гибкости японский зал Елена Муренкова	**10:00-11:30** Йогатерапия японский зал Екатерина Грачева	**10:30-12:00** Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	**10:30-12:30** АВ йога японский зал Екатерина Грачева
09:30-11:00 Хатха йога японский зал Денис Перунов	**9:30-11:00** Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	**11:00-12:30*** Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	**9:30-11:00** Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	**11:00-12:30*** Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	**11:00-12:30** Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	**11:30-13:00** Хатха йога арабский зал Денис Перунов
11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	**10:30-12:00** Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	**13:00-14:00*** Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	**10:30-12:00** Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	**11:30-13:00 *** Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	**12:30-14:00** Цигун для начинающих арабский зал Владимир Прокопенко	**12:00-13:30** Йога силы и гибкости индийский зал Елена Муренкова
11:30-13:00 Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	**13:00-14:30*** Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	**16:00-17:30** Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	**13:00-14:30*** Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	**13:00-14:00*** Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	**11:00-12:30** Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	**12:00-13:30*** Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
13:00-14:00* Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	**16:30-18:00*** Цигун японский зал Сергей Сафонов	**17:00-18:00*** Стретчинг индийский зал Екатерина Латинская	**16:30-18:00*** Цигун японский зал Сергей Сафонов	**17:00-18:30*** Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	**11:00-13:00** Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	**13:30-15:00*** Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
17:00-18:00* Стретчинг индийский зал Екатерина Латинская	**17:30-19:00** Йога Айенгара арабский зал Лариса Усачева	**17:30-19:00** Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	**17:00-18:30** Йога КПП новый зал Анастасия Набродова	**17:00-18:30** Хатха йога арабский зал Денис Перунов	**12:30-14:00** Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	**13:30-15:30** Интервальная йога Новый зал Никита Воротилин
17:00-18:30 Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	**18:00-20:00** Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	**17:30-19:00** Хатха йога японский зал Денис Перунов	**18:00-20:00** Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	**18:30-20:30** Тайчи индийский зал Александр Сорокин	**13:00-14:45** Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	
17:00-18:30 Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	**18:30-20:30** Цигун индийский зал закрытая группа Андрей Шатырев	**18:30-20:30** Тайчи арабский зал Александр Сорокин	**18:30-20:30** Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	**18:30-20:00** АВ йога арабский зал Денис Перунов	**14:00-15:30*** Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	
17:30-19:00 Хатха йога японский зал Денис Перунов	**19:00-20:30** Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	**18:30-20:00 (с 16 января)** Танец Мандала индийский зал Ирина Любкина	**18:30-20:00*** Медитативная йога (500р) Новый зал Ирина Любкина	**19:00-20:30 *** Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова		
18:30-20:30 Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	**20:00-21:45** Интервальная йога новый зал Никита Воротилин	**19:00-20:30** Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	**20:00-21:45** Хатха йога арабский зал Екатерина Грачева	**19:00-20:30** Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева		
19:00-20:30* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	**20:00-21:45** Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	**19:00-20:30** АВ йога японский зал Денис Перунов	**20:00-21:30*** Йога Айенгара Новый зал Усачева Лариса	**20:00-21:15** Йога звука (250р.) арабский зал Владимир Прокопенко		
19:00-20:30 АВ йога японский зал Денис Перунов		**20:00-21:30** Рейки *(кто имеет инициацию) индийский зал Ирина Грошева	**20:30-21:30*** Танцы живота (250р) индийский зал Анна Шевченко			
19:00-20:30 Хатха Йога арабский зал Екатерина Грачева		**20:30-22:00*** Айкидо (250р) арабский зал Олег Великий				

*необходима предварительная запись
** оплачивается отдельно