

РАСПИСАНИЕ ИЮЛЬ 2020

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:00-8:45* Приветствие солнцу (250р) японский зал Екатерина Грачева	6:50-8:20* (до 25.07) Хатха Йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	10:00-11:30* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	6:50-8:20* (до 25.07) Хатха йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	11:00-12:30* (с 06.07) Йога в гамаках новый зал Саша Симфо	09:30-11:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	10:00-11:30* (до 25.07) Хатха йога Новый зал Наталья Агафонова
7:00-8:30* Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	7:00-8:45* Приветствие солнцу (250р) индийский зал Екатерина Грачева	11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	7:00-8:45* Приветствие солнцу индийский зал (250р) Екатерина Грачева	11:30-13:00* (с 6.07) Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	10:30-12:30* АВ йога японский зал Екатерина Грачева
8:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	9:30-11:00* Кундалини Медитация арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	13:00-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	7:00-8:30* Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	13:00-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	11:00-12:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	12:00-13:30* Йога силы и гибкости индийский зал Елена Муренкова
11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	08:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	11:00-12:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	12:00-13:30* (с 12.07) Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
11:30-13:00* Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	ПЕРЕРЫВ	11:00-13:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
13:00-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	13:00-14:30* Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева		17:00-18:30* Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	
14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	16:30-18:00* (с 20.07) Цигун японский зал Сергей Сафонов	17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	11:00-12:00* Цигун-бидинамическая гимнастика арабский зал Алексей Зиновьев	индийский зал Александр Сорокин	18:30-20:00* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	13:00-14:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева
ПЕРЕРЫВ	17:00-18:00* Йога в гамаках новый зал Елена Орешина	Тайчи арабский зал Александр Сорокин	13:00-14:30* Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	ПЕРЕРЫВ	
17:00-18:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Смирнов Борис	19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	ПЕРЕРЫВ	16:30-18:00* (с 20.07) Цигун японский зал Сергей Сафонов		
17:00-18:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	18:15-19:45* Йогатерапия для женского здоровья Новый зал Наталья Ассессорова	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	17:00-18:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	17:00-18:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова		
17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	19:00-20:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	20:00-21:30* Рейки *(кто имеет инициацию) индийский зал Ирина Грошева	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	18:15-19:45* Йогатерапия для женского здоровья Новый зал Наталья Ассессорова		
18:30-20:00* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	20:00-21:45* Интервальная йога новый зал Наталья Ассессорова		18:15-19:45* Йогатерапия для женского здоровья Новый зал Наталья Ассессорова	20:00-21:45* Хатха йога арабский зал Екатерина Грачева		
19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	20:00-21:45* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева		20:00-21:45* Хатха йога арабский зал Екатерина Грачева	20:00-21:45* Интервальная йога японский зал Наталья Ассессорова		
19:00-20:30* Хатха Йога арабский зал Екатерина Грачева						
20:00-21:00* Звуковая релаксация Новый зал Алексей Зиновьев						

*необходима предварительная запись

