

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 | 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 | 18:30-20:00* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова | 19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева | |
| 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 | 18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис | | |
| 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 | | 20:00-21:45* Хатха йога арабский зал Екатерина Грачева | 20:00-21:45* Хатха Йога японский 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* 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

