

## РАСПИСАНИЕ МАРТ 2020

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
<b>7:00-8:45</b> Приветствие солнцу (250р) японский зал Екатерина Грачева	<b>6:50-8:20 (с 13.03)</b> Хатха Йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	<b>7:00-8:45</b> Приветствие солнцу индийский зал (250р) Екатерина Грачева	<b>6:50-8:20 (с 13.03)</b> Хатха йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	<b>7:00-8:45</b> Приветствие солнцу индийский зал (250р) Екатерина Грачева	<b>09:00-10:30</b> АнСинДао индийский зал Ирина Грошева	<b>9:00-12:00</b> Рейки *(кто имеет инициацию) индийский зал Андрей Шатырев Ирина Грошева
<b>7:00-8:30</b> Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	<b>07:00-09:00*</b> Кундалини Медитация арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	<b>09:30-11:00</b> Хатха йога Новый зал Денис Перунов	<b>7:00-8:30</b> Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	<b>9:30-11:30</b> Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	<b>09:30-11:00</b> Аштанга Виньяса йога. Майсор класс. арабский зал Ольга Софьянникова	<b>10:00-11:50</b> Хатха й ога Новый зал Кристина и Алексей Булавины
<b>8:30-10:00</b> Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	<b>07:00-09:00*</b> Цигун японский зал Оксана Черных	<b>10:00-11:30</b> Хатха йога японский зал Олеся Куприянова	<b>08:30-10:00</b> Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	<b>10:00-11:30</b> Хатха йога Новый зал Денис Перунов	<b>09:30-11:00</b> Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	<b>10:00-11:30 (с 13.03)</b> Хатха йога арабский зал Наталья Агафонова
<b>9:30-11:30</b> Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	<b>9:30-11:00</b> Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	<b>10:00-11:30</b> Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	<b>9:30-11:00</b> Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	<b>10:00-11:30</b> Йогатерапия японский зал Екатерина Грачева	<b>11:00-12:00</b> Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	<b>10:30-12:30</b> АВ йога японский зал Екатерина Грачева
<b>09:30-11:00</b> Хатха йога японский зал Денис Перунов	<b>10:30-12:00</b> Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	<b>11:00-12:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	<b>10:30-12:00</b> Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	<b>11:00-12:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	<b>11:00-12:30</b> Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	<b>11:30-13:00</b> Хатха йога арабский зал Денис Перунов
<b>11:00-12:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Саша Симфо	<b>13:00-14:30*</b> Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	<b>13:00-14:00*</b> Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	<b>11:00-12:00</b> Цигун-биодинамическая гимнастика арабский зал Алексей Зиновьев	<b>11:30-13:00 *</b> Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	<b>11:00-12:30</b> Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	<b>12:00-13:30</b> Йога силы и гибкости индийский зал Елена Муренкова
<b>11:30-13:00</b> Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	<b>16:30-18:00*</b> Цигун японский зал Сергей Сафонов	<b>14:00-15:30</b> Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	<b>13:00-14:30*</b> Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	<b>13:00-14:00*</b> Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	<b>11:00-13:00</b> Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	<b>12:00-13:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
<b>13:00-14:00*</b> Калланетика арабский зал Екатерина Латинская	<b>17:30-19:00</b> Йога Айенгара арабский зал Лариса Усачева	<b>16:00-17:30</b> Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	<b>16:30-18:00*</b> Цигун японский зал Сергей Сафонов	<b>14:00-15:30</b> Йога в гамаках Новый зал Екатерина Латинская	<b>12:30-14:00</b> Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	<b>13:30-15:00*</b> Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
<b>14:00-15:30</b> Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	<b>18:00-20:00</b> Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	<b>17:00-18:00*</b> Стретчинг индийский зал Екатерина Латинская	<b>17:00-18:30</b> Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	<b>17:00-18:30</b> Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	<b>12:30-14:00</b> Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	<b>13:30-15:30</b> Интервальная йога Новый зал Наталья Асessorова
<b>17:00-18:00*</b> Стретчинг индийский зал Екатерина Латинская	<b>18:15-19:45*</b> Курс «Здоровый позвоночник»** Новый зал Наталья Асessorова	<b>17:30-19:00</b> Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	<b>18:00-20:00</b> Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	<b>17:00-18:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	<b>13:00-14:45</b> Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	
<b>17:00-18:30</b> Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	<b>18:30-20:30</b> Цигун индийский зал закрытая группа Андрей Шатырев	<b>18:30-20:30</b> Хатха йога японский зал Денис Перунов	<b>18:15-19:45 *</b> Курс «Здоровый позвоночник»** Новый зал Наталья Асessorова	<b>17:30-19:00*</b> Йогатерапия для женского здоровья японский зал Наталья Асessorова	<b>13:00-14:45</b> Здоровый позвоночник** Практикум.	
<b>17:00-18:30</b> Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	<b>19:00-20:30</b> Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	<b>18:30-20:30</b> Тайчи арабский зал Александр Сорокин	<b>18:30-20:30</b> Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	<b>18:30-20:30</b> Тайчи индийский зал Александр Сорокин	<b>18:30-20:30</b> японский зал Наталья Асessorова	
<b>17:30-19:00</b> Хатха йога японский зал Денис Перунов	<b>20:00-21:45</b> Интервальная йога новый зал Наталья Асessorова	<b>18:30-20:00 (с 13.03)</b> Танец Мандала индийский зал Ирина Любкина	<b>18:30-20:00* (с 13.03)</b> Медитативная йога (500р)** арабский зал Ирина Любкина	<b>18:30-20:00</b> АВ йога арабский зал Денис Перунов	<b>14:00-15:30*</b> Йога в гамаках Новый зал Елена Орешина	
<b>18:30-20:30</b> Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	<b>20:00-21:45</b> Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	<b>19:00-20:30</b> Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	<b>20:00-21:45</b> Хатха йога арабский зал Екатерина Грачева	<b>18:30-20:00 *</b> Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова		
<b>18:30-20:00*</b> Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	<b>20:00-21:00*</b> Екатерина Грачева	<b>19:00-20:30</b> АВ йога японский зал Денис Перунов	<b>20:00-21:45</b> Интервальная йога японский зал Наталья Асessorова	<b>19:00-20:30</b> Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева		
<b>19:00-20:30</b> АВ йога японский зал Денис Перунов		<b>20:00-21:30</b> Рейки *(кто имеет инициацию) индийский зал Ирина Грошева	<b>20:00-21:30</b> Йога Айенгара Новый зал Усачева Лариса	<b>20:00-21:15</b> Йога звука (250р.) арабский зал Владимир Прокопенко		
<b>19:00-20:30</b> Хатха Йога арабский зал Екатерина Грачева		<b>20:30-22:00*</b> Айкидо (250р) арабский зал Олег Великий	<b>20:30-21:30*</b> Танцы живота (250р) индийский зал Анна Шевченко	<b>20:00-21:45 ***</b> Хатха Йога. Парная отстройка асан новый зал Наталья Асessorова		
<b>20:00-21:00*</b> Звуковая релаксация Новый зал Алексей Зиновьев						
<b>20:30-22:00*</b> Айкидо (250р) арабский зал Олег Великий						

\*необходима предварительная запись

\*\* оплачивается отдельно

\*\*\* группа от 6-ти человек