

РАСПИСАНИЕ МАЙ 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	10:00-11:30* Рейки * индийский зал Андрей Шатырев Ирина Грошева
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.)	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление	10:00-11:30* Йога метод Новый зал Наталья Лиманская
13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	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	10:30-12:30* АВ йога японский зал Екатерина Грачева
17:30-19:00* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление арабский зал	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	12:00-13:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	Галина Сафа 10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал	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* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	13:30-15:00* Кундалини йога Алексей Зиновьев
18:30-20:00* Цигун новый зал Оксана Черных	Екатерина Грачева 11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал	18:00-19:30* Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Мягкая практика + глубокое расслабление	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
18:30-20:30 * Тайчи индийский зал Александр Сорокин	Наталья Воронцова 13:00-14:30* Хатха Йога арабский зал	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	10:30-12:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	20:15-21:45* Хатха Йога индийский зал Екатерина Грачева	14:00-15:00* Дыхательные практики и звуковая медитация японский зал Наталья Лиманская
19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	Наталья Воронцова 16:30-17:30* Йога в гамаках (12-16 лет)	19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	11:00-12:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Воронцова	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов		
19:00-20:30* Хатха Йога Новый зал Екатерина Грачева	Новый зал Алена Муренкова 17:30-18:30* Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	13:00-14:30* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова	19:30-21:00* Йога Нидра индийский зал Ирина Грошева		
	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Смирнов Борис		18:00-20:00* Практики саморегуляции			
	18:30-20:00* Цигун арабский зал Алексей Зиновьев		Кундалини йога арабский зал Борис Смирнов			
	18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Алена Муренкова		18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Алена Муренкова			
	18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога индийский зал Лариса Усачева		18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога индийский зал Лариса Усачева			
	20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева		Йогатерапия для женского здоровья японский зал Наталья Ассессорова			
	20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Ассессорова		20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева			
			20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Ассессорова			

*необходима предварительная запись тел. 8 (951) 547 45 43

*обязательная отмена записи за 2 часа до начала практики.

В случае, если Вы не предупредили об отмене,
с Вашего абонемента будет списано занятие.