

РАСПИСАНИЕ НОЯБРЬ 2022

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:00-8:30* Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	6:50-8:20* Хатха Йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	10:00-11:30* Йога для начинающих арабский зал Екатерина Вахтина	6:50-8:20* Хатха йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	09:30-11:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	10:00-12:00 Рейки * индийский зал Андрей Шатырев Ирина Грошева
8:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	7:00-8:45* АВ йога (250р) индийский зал Екатерина Грачева	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	7:00-8:30* Цигун Энергетические практики японский зал (250р)	16:00-17:30* Йога для начинающих арабский зал Екатерина Вахтина	10:00-11:30* Женский йога-класс арабский зал Галина Сафа	10:00-11:30* Йога метод Новый зал Наталья Лиманская
11:30-13:00* Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	16:00-17:30* Йога для начинающих японский зал Екатерина Вахтина	7:00-8:45* АВ йога индийский зал (250р)	18:30-20:00* Цигун индийский зал Алексей Зиновьев	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	10:30-12:30* АВ йога японский зал Екатерина Грачева
13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	10:00-11:30* Женский йога-класс арабский зал Галина Сафа	16:00-17:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	08:30-10:00* Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	11:00-12:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	12:00-13:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	19:00-20:30* Цигун Новый зал Оксана Черных	11:00-13:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	13:30-15:00* Йога в гамаках Новый зал Наталья Фабрицкая
18:30-20:00* Цигун арабский зал Оксана Черных	12:00-12:45* Йога-ланч арабский зал Наталья Воронцова	17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	10:00-11:30* Женский йога-класс арабский зал Галина Сафа	20:30-21:45* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева	12:30-14:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	13:30-15:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
18:30-20:30 * Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	13:00-14:30* Хатха Йога арабский зал Наталья Воронцова	18:00-19:30* Хатха Йога Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	19:00-20:30* Йога звука (250р.) индийский зал Владимир Прокопенко	12:30-14:00* Новый зал Елена Бычкова	14:00-15:00* Дыхательные практики и звуковая медитация японский зал Наталья Лиманская
19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	13:30-15:00* Йога в гамаках Новый зал Наталья Фабрицкая	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	12:00-12:45* Йога-ланч арабский зал Наталья Воронцова		13:00-14:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	
19:00-20:30* Хатха Йога Новый зал Екатерина Грачева	15:00-16:00* Йога кидс (250р) индийский зал Наталья Фабрицкая	19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	13:00-14:30* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова			
	17:30-18:30* Калланетика индийский зал Катя Латинская	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	13:30-15:00* Йога в гамаках Новый зал Наталья Фабрицкая			
	18:00-20:00* Кундалини йога арабский зал Смирнов Борис	19:30-21:00* Йога Нидра индийский зал Ирина Грошева	15:00-16:00* Йога кидс (250р) индийский зал Наталья Фабрицкая			
	18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Елена Муренкова		18:00-20:00* Практики саморегуляции Кундалини йога арабский зал Зозуля Кирилл			
	18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога индийский зал Лариса Усачева		18:30-20:00* Йога в гамаках:растяжка Новый зал Елена Муренкова			
	20:00-21:45* Хатха Йога индийский зал Екатерина Грачева		18:30-20:00 * Мягкая практика.Хатха индийский зал Лариса Усачева			
	20:00-21:45* Интервальная йога (онлайн в зале) Новый зал Наталья Асесорова		20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева			
			20:00-21:45* Интервальная йога (онлайн в зале) Новый зал Наталья Асесорова			

***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.