

РАСПИСАНИЕ НОЯБРЬ 2021

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	7:00-8:30* Сукшма Вьяяма (250р) индийский зал Сергей Лучанинов	6:50-8:20* Хатха йога (250р) новый зал Наталья Агафонова	7:00-8:30* Сукшма Вьяяма (250р) индийский зал Сергей Лучанинов	09:30-11:00* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	10:00-12:00 Рейки * индийский зал Андрей Шатырев Ирина Грошева
7:00-8:30* Сукшма Вьяяма (250р) индийский зал Сергей Лучанинов	Кундалини медитация(250р) арабский зал Алексей Зиновьев	7:00-8:30* Виньяса Флоу (250р) японский зал Егор Еремеев	7:00-8:30* Цигун Энергетические практики арабский зал (250р) Алексей Зиновьев	7:00-8:30* Виньяса Флоу (250р) японский зал Егор Еремеев	10:00-11:30* Виньяса Флоу арабский зал Елена Бычкова	10:00-11:30* Йога метод Новый зал Наталья Лиманская
7:00-8:30* Виньяса Флоу (250р) японский зал Егор Еремеев	7:00-8:45* АВ йога (250р) индийский зал Екатерина Грачева	8:30-10:00* Хатха йога индийский зал Сергей Лучанинов	7:00-8:45* АВ йога индийский зал (250р) Екатерина Грачева	8:30-10:00* Хатха йога индийский зал Сергей Лучанинов	10:30-12:00* Йога терапия 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* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	13:15-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	8:00-09:30 Йога КПП японский зал Александр Зубец	11:30-13:00* Цигун Энергетические практики японский зал Алексей Зиновьев	11:00-12:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	12:00-13:30* Индийские танцы арабский зал Юлия Шерани
8:30-10:00* Хатха Йога индийский зал Сергей Лучанинов	Йога терапия индийский зал Екатерина Грачева	14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	08:30-10:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев	13:15-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	11:00-13:00* Кундалини йога индийский зал Зозуля Кирилл	12:00-13:30* Йога в гамаках Новый зал Наталья Лиманская
11:30-13:00* Кундалини йога для начинающих японский зал Алексей Зиновьев	11:00-12:15* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	16:00-17:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	9:30-11:00* Йога для Взрослых (40+) Новый зал Лариса Усачева	14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	12:30-14:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	12:15-13:45* Адекватная йога индийский зал Наталья Ассессорова
12:00-13:30* Индийские танцы индийский зал Юлия Шерани	13:00-14:30* Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	17:00-18:30* Индийские танцы индийский зал Юлия Шерани	10:30-12:00* Йога терапия индийский зал Екатерина Грачева	17:30-19:00* Индийские танцы японский зал Юлия Шерани	13:00-14:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	13:30-15:00* Кундалини йога арабский зал Алексей Зиновьев
13:15-14:30* Калланетика арабский зал Катя Латинская	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл Смирнов Борис	17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	17:00-18:30* Хатха йога японский зал Денис Перунов	17:00-18:30* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	14:30-15:45* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	13:30-15:00* Йога терапия в гамаках новый зал Светлана Золоторева
14:00-15:30* Йога Микс индийский зал Мила Ушакова	18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога индийский зал	17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	13:00-14:30* Растяжка в гамаках Новый зал Елена Муренкова	17:00-18:30 * Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорokin	
17:00-18:30 * Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	18:30-20:00* Йога терапия позвоночника и суставов Новый зал Наталья Ассессорова	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорokin	17:00-18:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорokin	18:30-20:00 * Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	
17:00-18:30 * Шанкара Йога индийский зал Арунчанд Таил	19:00-20:30* Йога КПП арабский зал Анастасия Набродова	18:30-20:00* Хатха йога индийский зал Сергей Лучанинов	18:00-20:00* Йога силы и гибкости Новый зал Елена Муренкова	18:30-20:00 * Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова		
17:00-18:30* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	20:00-21:45* Хатха Йога индийский зал Анастасия Набродова	19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	18:00-20:00* Кундалини йога японский зал Зозуля Кирилл	18:30-20:30 * Силовая Хатха Йога индийский зал Сергей Лучанинов		
17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	20:00-21:45* Интервальная йога новый зал Наталья Ассессорова	19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	Смирнов Борис	19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева		
18:30-20:00* Йога силы и гибкости в гамаках Новый зал Елена Муренкова	20:00-21:30* Виньяса Флоу японский зал Егор Еремеев	20:00-21:30* Йога Нидра (500р) индийский зал Ирина Грошева	18:30-20:00* Йога терапия для женского здоровья Новый зал Наталья Ассессорова	20:00-21:30* Виньяса Флоу Новый зал Егор Еремеев		
18:30-20:30 * Тайчи индийский зал Андрей Шатырев	20:30-22:00* Айкидо (250р) арабский зал Олег Великий		18:30-20:00 * Мягкая практика. Хатха йога арабский зал Лариса Усачева	20:30-21:45* Йога звука (250р.) арабский зал Владимир Прокопенко		
19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов			20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева			
19:00-20:30* Хатха Йога арабский зал Екатерина Грачева			20:00-21:45* Интервальная йога новый зал Наталья Ассессорова			
20:00-21:30* Хатха Йога индийский зал Сергей Лучанинов			20:00-21:30* Хатха Йога арабский зал Сергей Лучанинов			
			20:30-22:00* Айкидо (250р) японский зал Олег Великий			

*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.