

РАСПИСАНИЕ СЕНТЯБРЬ 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 Муленкова	6:50-8:20* Хатха йога (300р) новый зал Наталья Агафонова	7:00-8:15* Йога в гамаках (300р.) Новый зал Алена Муленкова	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	9:00-10:10* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова	7:00-8:30* Цигун Энергетические практики японский зал (300р.) Алексей Зиновьев	9:00-10:10* Хатха йога арабский зал Наталья Воронцова	10:00-11:30* Виньянса Флоу арабский зал Анастасия Шаповалова	10:00-11:30* Йога метод Новый зал Наталья Лиманская
12:00-13:30* Крия йога индийский зал Елена Сарасвати	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	12:00-13:30* Крия йога индийский зал Елена Сарасвати	7:00-8:45* АВ йога индийский зал (300р.) Екатерина Грачева	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	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	17:30-18:30* Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	13:15-15:00* Калланетика+растяжка арабский зал Катя Латинская	08:30-10:00* Кундалини йога японский зал Алексей Зиновьев	17:00-18:30* Йога в гамаках Новый зал Дарья Щетинина	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	18:00-20:00* Кундалини йога арабский зал Смирнов Борис	16:00-17:30* Йога для беременных Новый зал Елена Бычкова	10:30-12:00* Йогатерапия индийский зал Екатерина Грачева	18:30-20:00* Цигун индийский зал Алексей Зиновьев	11:00-13:00* Кундалини йога японский зал Смирнов Борис	13:30-15:00* Кундалини йога Арабский зал Алексей Зиновьев
19:00-20:15* Виньянса Флоу арабский зал Анастасия Шаповалова	18:30-20:30* Йогатерапия позвоночника и суставов японский зал Наталья Асessorова	17:30-19:00* Здоровая спина Новый зал Елена Бычкова	18:00-20:00* Практики саморегуляции Кундалини йога японский зал Кирилл Зозуля	18:30-20:00* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	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	18:30-20:00* Йога в гамаках Новый зал Алена Муленкова	17:30-19:00* Хатха йога японский зал Денис Перунов	19:00-20:15* Хатха йога арабский зал Анастасия Шаповалова	18:30-20:00* Цигун новый зал Оксана Черных	13:00-14:45* 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	20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	18:00-19:30* Калланетика+растяжка индийский зал Катя Латинская	18:30-20:00 * Йогатерапия для женского здоровья Новый зал Наталья Асessorова	19:00-20:30* Хатха Йога японский зал Екатерина Грачева		
19:00-20:30* Хатха Йога Новый зал Екатерина Грачева	20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Асessorова	18:30-20:30* Тайчи арабский зал Александр Сорокин	20:00-21:45* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева	20:15-21:45* Йога звука (300р.) индийский зал Владимир Прокопенко		
		19:00-20:30* Йога Айенгара Новый зал Елена Бычкова	19:00-20:30* Хатха йога индийский зал Екатерина Грачева			
		19:00-20:30* АВ йога японский зал Денис Перунов	20:00-21:45* Интервальная йога Новый зал Наталья Асessorова			
		19:30-21:00* Йога Нидра индийский зал Ирина Грошева				

*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.