

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 октября 2024 г.

ул. Комсомольская, 62 (ост. Саппоро, Площадь Славы, Речной Вокзал)

БОЛЬШОЙ ЗАЛ (вместимость 20 человек)

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
7:00-8:00 Йога Начинающие Ксения К Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р./Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Ксения К Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р./Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наташа Р. Скидка 20%	Закрытая группа 7:30-11:00 Школа инструкторов Очно Андрей
8:00-9:00 Йога Средняя Катя Т. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Начинающие Валерий Т. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Средняя Катя Т. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:30 Йога Начинающие Анна Т. Скидка 20%	
9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Лилия	9:30-10:30 Йога Начинающие Дарья Л.	9:30-11:00 Женский класс с Чашами Лена Л. (по записи)	9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Лилия	9:30-10:30 Йога Начинающие Дарья Л.	9:30-11:00 Йога Средняя Таня Б.	11:30-13:30 Йога Усложненная Андрей
10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	10:30-12:00 Йога Начинающие + Медитация Мария К. С 8.10	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	10:30-12:00 Йога Начинающие + Медитация Мария К.	11:00-12:00 Класс Пранаямы и Медитации Таня Б.	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	11:30-13:00 Йога Начинающие Ольга В.	11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	12:00-13:30 Йога Начинающие для Спины Евгения Д.	Закрытая группа 8.09-24.11 15:00-18:00 Детский тренинг ГУРУ КУЛА 7-12 лет Андрей
13:00-14:30 Мягкая Йога Эмма З. (по записи)	13:00-14:30 Йога Начинающие Евгения Л.	13:00-14:30 Йога Начинающие Ольга В.	13:00-14:30 Мягкая Йога Эмма З. (по записи)	13:00-14:30 Йога Начинающие Евгения Л.	14:30-16:00 ЦИГУН Александра К.	16:30-17:30 Йога Начинающие для Спины Алена Т.
Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 Йога Начинающие Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 Йога Начинающие Алена Т.	16:00-17:30 Хатха+Инь Йога Мария К.	17:30-18:30 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.
16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 Молодёжная Йога 11-16 лет Алена Т.	16:00-17:00 Йога Начинающие + Медитация Дарья Л.	16:00-17:30 Йога для Старшего Возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 Молодёжная Йога 11-16 лет Алена Т.	28.09-14.12 17:30-20:00 Молодежный тренинг 13-17 лет «На своей волне» Андрей/Настя	Запись на индивидуальные занятия
18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей	17:00-18:30 Йога Для зрения Дарья Л. С 16.10	18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей		Запись на индивидуальные занятия
19:00-20:30 Йога Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 Йога Начинающие для Спины Андрей	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	19:00-20:30 Йога Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 Йога Начинающие для Спины Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
20:30-21:30 Йога Релакс с чашами Лена Л. (по записи)	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	20:00-21:00 Пилатес Виктория (по записи)	20:30-21:30 Йога Начинающие Марина Б.	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 октября 2024 г.

ул. Комсомольская, 62 (ост. Саппоро, Площадь Славы, Речной Вокзал)

СРЕДНИЙ ЗАЛ (вместимость 8 человек)

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Запись на индивидуальные занятия	6:00-7:00 Класс Пранаямы и Медитации Саша Р./Таисия Скидка 20% (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	7:30-8:30 Йога Начинающие Ирина Д. Скидка 20%	6:00-7:00 Класс Пранаямы и Медитации Саша Р./Таисия Скидка 20% (по записи)	Закрытая группа 7:30-11:00 Школа инструкторов Очно Андрей	Запись на индивидуальные занятия
9:00-10:00 Детская йога Юлия Д. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	9:00-10:00 Детская йога Юлия Д. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	12:00-13:30 Йога для Беременных Алена Т. (по записи)	8:00-9:00 Йога Начинающие Алена И. Скидка 20%
10:00-11:00 Мама + Бейби Йога 0+ Татьяна М. (по записи)	10:00-11:00 Йога Начинающие Анна Х.	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:00 Мама + Бейби Йога 0+ Татьяна М. (по записи)	10:00-11:00 Йога Начинающие Анна Х.	13:30-15:00 Йога Начинающие Алена Т.	9:30-11:00 Мягкая Йога Галина
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	11:00-12:30 Йога Женский класс Эмма З.
17:30-18:30 Йога МФР Дарья Л. (по записи)	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	17:00-18:00 Йога Начинающие Евгения Л.	17:30-18:30 Йога-Нидра Дарья Л. (по записи)	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	16:00-17:30 Йога Начинающие Ксения К.	12:30-14:00 Йога Начинающие Эмма З. (по записи)
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	С 9.10 19:00-20:30 Йога Начинающие Евгения Д. (по записи)	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия	14:00-15:30 Йога Начинающие Асия Д.
20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина.	18:30-20:00 Йога Начинающие Дмитрий С.	16:30-17:30 Йога Начинающие для Спины Алена Т.
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	17:30-18:30 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.

Малый зал (вместимость 2 человека) – запись на индивид. Занятия и массаж

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Закрытая группа 20:00-21:30 ШКИ Онлайн Юля Л.	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Закрытая группа 18:00-21:30 ШКИ Онлайн Саша Р.	Запись на индивидуальные занятия

☐ - выделено новое в расписании

Акция! С 1 по 10 октября напиши отзыв про наш центр йоги в Yandex, 2gis или Google и получи скидку 10%

Телефон:
70-53-53
WA:+79147729392
www.yoga-khv.ru
Telegram: yoga_khv_nataradja