

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 4 января 2021г.

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

Большой зал (вместимость 20 человек)

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
7:00-8:00 Йога Начинающие Лена Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наталья З. скидка 30%	7:00-8:30 Йога Начинающие Саша Р. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Лена Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наталья З. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наталья З. скидка 30%	7:00-10:30 Школа инструкторов Классической йоги (закрытая группа)
8:00-9:00 Йога Начинающие Татьяна Б. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Ольга С. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	8:00-9:00 Йога Начинающие Татьяна Б. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Ольга С. скидка 30%	8:00-9:30 Йога Начинающие для Спина Сергей К	
9:30-11:00 Йога Начинающие Виньяса Катя Е.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	9:30-11:00 Йога Начинающие Галина	9:30-11:00 Йога Начинающие Виньяса Катя Е.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	11:00-12:30 Йога Начинающие Женский класс Маша К.
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:30-13:00 Йога Начинающие для Спина Анна Л.	11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:00-12:30 Йога Средняя интервальная Ольга Ив.	12:30-14:00 Йога Начинающие Юля К.
запись на индивидуальные занятия	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спина Маша К.	13:00-14:30 Йога Начинающие Анна Л.	13:00-14:30 Кочч йога 55-65+ Лена Л. бесплатно	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спина Маша К.	12:30-13:30 Йога Начинающие Стрэйчинг Ольга Ив.	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля К. скидка 30%
17:00-18:00 Молодежная Йога 13-17лет Татьяна Б. скидка 30%	15:30-17:00 Логические изгибы 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	15:00-16:30 Йога для Беременных Ирина Б. (запись)	17:00-18:00 Молодежная Йога 13-17лет Татьяна Б. скидка 30%	15:30-17:00 Логические изгибы 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	14:30-16:00 Йога Начинающие + Медитация Анна Л.	15:00-16:30 Логические изгибы 7-12 лет Юля К. скидка 30%
18:00-19:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	18:00-19:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	16:00-17:30 Йога Начинающие для Спина Анна Л.	запись на индивидуальные занятия
19:00-20:30 Йога Начинающие для Спина Аня Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спина Андрей	18:00-19:00 Йога Нидра Начинающие Татьяна Б	19:00-20:30 Йога Начинающие для Спина Аня Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спина Андрей	запись на индивидуальные занятия	18:00-19:30 Кочч йога 55-65+ Катя К. бесплатно
запись на индивидуальные занятия	Набор группы 20:00-21:30 СЕМИНАР Секреты медитации Андрей Т.	19:00-20:30 Йога Начинающие Татьяна Б	запись на индивидуальные занятия	Набор группы 20:00-21:30 СЕМИНАР Секреты медитации Андрей Т.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

— выделено новое в расписании

Семинары, лекции, мастер класса, акции:

Семинар «Секреты медитации» - если вы всегда хотели научиться медитировать дома, то этот курс для вас!

Инструктор – Терентьев Андрей опыт ведения йоги 15 лет.

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 4 января 2021г.

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

Средний зал (вместимость 8 человек)

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
9:30-10:30 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	6:00-7:30 Йога Начинающие Антон скидка 30% (запись)	9:30-10:30 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	6:00-7:30 Йога Начинающие Антон скидка 30% (запись)	7:00-8:30 Аштанга Виньяса йога Наташа Р. скидка 30%	8:00-9:30 Йога Начинающие Антон скидка 30% (запись)
запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	9:00-10:30 Йога Начинающие Наташа Л. (запись)	9:30-11:00 Класс йоги и Медитации Сама Р.
14:00-15:30 Йога Начинающие Татьяна Мак. (запись)	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	14:00-15:30 Йога Начинающие Татьяна Мак. (запись)	запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Класс Транаяма и Медитации Татьяна Б.	11:00-13:30 Йога Усложненная Андрей
16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга Илюш. скидка 30%	17:00-18:00 Йога Начинающие Ольга Илюш.	17:30-18:30 Йога Начинающие Женский класс Ольга Ив.	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга Илюш. скидка 30%	17:00-18:00 Йога Начинающие Ольга Илюш.	12:00-13:30 Relax йога Начинающие Татьяна Б.	запись на индивидуальные занятия
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия К.	Набор группы 18:00-19:00 Йога Начинающие Катя Р.	18:30-20:00 Йога Средняя Ольга Ив.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия К.	Набор группы 18:00-19:00 Йога Начинающие Катя Р.	15:00-16:30 Йога Начинающие Женский класс Ирина Б. (запись)	16:00-17:30 Йога Начинающие Катя К.
20:00-21:30 Йога Начинающие Сергей К	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	Набор группы 20:00-21:30 СЕМИНАР Йога для Зрения Сергей К	20:00-21:30 Йога Начинающие Сергей К	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

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	запись на индивидуальные занятия и Массаж	запись на индивидуальные занятия и Массаж	запись на индивидуальные занятия и Массаж	запись на индивидуальные занятия и Массаж	запись на индивидуальные занятия и Массаж

Семинары, лекции, мастер классы, акции:

Телефон:

70-53-53

www.yoga-khv.ru

@yoga_khv_nataradja

Филиал в Северном:

Тихоокеанская 204,

т. 20-31-10