

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 апреля 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 Рада скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наталья З. скидка 30%	7:00-8:30 Йога Начинающие + Медитация Саши Р. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наталья З. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Рада 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 Спины Сергей К	11:00-12:30 Йога Начинающие Женский класс Катя Т.
9:30-11:00 Йога Начинающие Катя Р.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	9:30-11:00 Йога Начинающие Галина	9:30-11:00 Йога Начинающие Катя Р.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	9:30-11:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	12:30-14:00 Йога Начинающие Юлия К.
11:30-13:00 Йога Айензара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:30-13:00 Йога Начинающие для Спины Анна Л.	11:30-13:00 Йога Айензара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:00-12:30 Йога Средняя интервальная Ольга Ив.	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юлия К. скидка 30%
13:00-14:00 Йога Начинающие Оля И.	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спины Маша К.	13:00-14:30 Йога Начинающие Анна Л.	13:00-14:00 Йога Начинающие Оля И.	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спины Маша К.	13:00-14:00 Йога Начинающие Стрэйчинг Ольга Ив.	15:00-16:00 Логические игры 7-12 лет Юлия К. скидка 30%
17:00-18:00 Молодежная Йога 13-17 лет Татьяна Б. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	15:00-16:30 Йога для Беременных Юлия Т. (запись)	17:00-18:00 Молодежная Йога 13-17 лет Татьяна Б. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	14:30-16:00 Йога Начинающие + Медитация Анна Л.	16:00-17:30 Йога Начинающие для Спины Анна Л.
18:00-19:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Андрей Т скидка 30%	16:30-18:00 Йога Начинающие Женский класс Юлия Т.	18:00-19:00 Йога Начинающие Татьяна Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	16:00-17:30 Йога Начинающие для Спины Анна Л.	18:00-19:30 Кочу йога 55-65+ Татьяна оплач.отдельно
19:00-20:30 Йога Начинающие для Спины Аня Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спины Андрей	18:00-19:00 Йога Нидра Начинающие Татьяна Б	19:00-20:30 Йога Начинающие для Спины Аня Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спины Андрей	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия
запись на индивидуальные занятия	Набор группы 20:00-21:30 Цикл лекций Позружение в йогу Андрей Т.	19:00-20:30 Йога Начинающие Татьяна Б	запись на индивидуальные занятия	Набор группы 20:00-21:30 Цикл лекций Позружение в йогу Андрей Т.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

- выделено новое в расписании

Семинары, лекции, мастер класса, акции:

- с 13 – 17 апреля 7:00-8:30 пять дней подряд со вторника по субботу Семинар «Секреты медитации» - если вы всегда хотели научиться медитировать дома, то этот курс для вас! Инструктор – Терентьев Андрей опыт ведения йоги 15 лет. Стоимость: до 13 апреля – 3500р, в день начала – 4500р, скидка 25% на онлайн формат.
- Цикл лекций «Позружение в йогу», 6 лекций по вторникам и пятницам с 20.00-21.30 1,5 часа Темы: Кто Я? Коши, Где Я? Гуны, Как я сюда попал? Карма Как быть счастливым? 4 вида йоги. Что конкретно делать? Аштанга йога. Какой смысл жизни? Пурушаартхи. Дата определяются.

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 апреля 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%	запись на индивидуальные занятия	9:30-10:30 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юля Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	7:00-8:30 Аштанга Виньяса йога Наташа Р. скидка 30%	8:00-9:30 Йога Начинающие Галина скидка 30%
запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	10:30-12:00 Мама йога + Бэйби йога 0-2 лет Татьяна М. (запись)	запись на индивидуальные занятия	10:30-12:00 Мама йога + Бэйби йога 0-2 лет Татьяна М. (запись)	9:30-11:00 Йога для Зрения Сергей К (запись)	9:30-11:00 Класс йоги и Медитации Сама Р.
запись на индивидуальные занятия	Набор группы 15:30-17:00 Лозические изгрия 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	13:00-14:30 Кочн йога 55-65+ Татьяна оплач.отдельно	Набор группы 15:30-17:00 Лозические изгрия 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	11:00-12:00 Класс Пранаяма 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 Катя Р.	запись на индивидуальные занятия	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга Илюш. скидка 30%	17:00-18:00 Йога Начинающие Катя Р.	12:00-13:30 Relax йога Начинающие Татьяна Б.	запись на индивидуальные занятия
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия К.	18:00-19:00 Йога Начинающие Релакс Катя Р.	18:30-20:00 Йога Средняя Ольга Ив.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия К.	18:00-19:00 Йога Начинающие Релакс Катя Р.	15:00-16:30 Йога для Беременных Юля Т.	запись на индивидуальные занятия
20:00-21:30 Йога Начинающие Женя М.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	20:00-21:30 Йога Начинающие для Спина Сергей К	20:00-21:30 Йога Начинающие Женя М.	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:

➤ Акция с 1 по 10 апреля при покупке абонемента на 8 и более занятий 30 минут массажа Тибетскими чашами в подарок. Массаж проводит сертифицированный специалист по тибетским чашам Лаптейкина Елена.

Телефон:

70-53-53

www.yoga-khv.ru

@yoga_khv_nataradja

Филиал в Северном:

Тихоокеанская 204,

т.20-31-10