

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 сентября 2023г.

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 Дарья Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Лена Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Дарья Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наташа Р. скидка 30%	7:30-11:00 Школа инструкторов Классической йоги (закрытая группа)
8:00-9:00 Йога Средняя Катя Т. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Лена Л. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Средняя Катя Т. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. скидка 30%	8:00-9:30 Йога Начинающие для Спина Таня Б. скидка 30%	
9:00-10:00 Йога начинающие для спины Юлия С.	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л.	9:30-11:00 Женский класс с чаашами Лена Л.	9:00-10:00 Йога начинающие для спины Юлия С.	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л.	9:30-11:00 Йога Начинающие Таня Б.	11:30-13:30 Йога Усложненная Андрей
10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	11:30-13:00 Йога Начинающие для Спина Лена Л.	11:30-13:00 Йога Начинающие Ольга В.	10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	11:30-13:00 Женский класс с чаашами Лена Л.	12:00-13:00 Восточный танца Роксана (оплата отдельно)	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Ирина И.
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	13:00-14:30 Йога Начинающие Лена Ф.	13:00-14:00 Йога Начинающие Ольга В.	11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	13:00-14:30 Йога Начинающие Лена Ф.	13:00-14:30 Йога Начинающие Алена Т.	15:00-16:30 Йога Начинающие Марина П.
13:00-14:00 Йога начинающие для спины Галина	15:00-16:00 Йога Начинающие Алена Т.	запись на индивидуальные занятия	13:00-14:00 Йога начинающие для спины Галина	15:00-16:00 Йога Начинающие Алена Т.	14:30-15:30 Класс Пранаяма и Медитации Алена Т.	Набор группы 16:30-17:30 Детская йога 2-5 лет Анна Т. (оплата отдельно)
16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга И. скидка 30%	16:00-17:00 Молодежная Йога 13-17 лет Алена Т.	запись на индивидуальные занятия	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга И. скидка 30%	16:00-17:00 Молодежная Йога 13-17 лет Алена Т.	16:00-17:30 Йога Начинающие для Спина Дарья Ж.	18:00-21:30 Школа инструкторов онлайн Андрей / Саша Р. (закрытая группа)
18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Алена Т.	17:30-18:30 Йога Динамическая Юлия Л. (по записи)	18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Алена Т.	17:30-18:30 Йога Relax с чаашами Лена Л.	
19:00-20:30 Йога Начинающие для Спина Ольга Е.	18:30-19:30 Йога для Спина Андрей	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	19:00-20:30 Йога Начинающие для Спина Ольга Е.	18:30-19:30 Йога для Спина Андрей.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия
20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	20:00-21:00 Йога Начинающие Елена Б.	20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

— выделено новое в расписании

Семинары, лекции, мастер классы, акции:

11 - 14 сентября Семинар по ПРАНАЯМАМ с Татьяной Бермес, 6:30-8:30, 4500р. (в день начала семинара 5500р.)

19 - 23 сентября Семинар «Секреты медитации» с Андреем Терентьевым, 7:00-8:30, 4500 р.

13 сентября - 8 октября Семинар «Женское здоровье» с Екатериной Терентьевой, 7900 р. до 10.09, после - 8900 р.

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 сентября 2023г.

ул. Комсомольская, 62 (ост. Саппоро, Площадь Славы, Речной Вокзал)
Средний зал (вместимость 8 человек)

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
запись на индивидуальные занятия	6:00-7:00 Класс Пранаяма и Медитации Саши Р. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	6:00-7:00 Класс Пранаяма и Медитации Саши Р. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Наташа Р. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Алена И. скидка 30%
9:00-10:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юлия Л. (по записи)	10:00-11:00 Йога Начинающие Екатерина И.	9:00-10:00 Йога Начинающие Екатерина И.	9:00-10:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Юлия Л. (по записи)	10:00-11:00 Йога Начинающие Екатерина И.	запись на индивидуальные занятия	9:30-11:00 Мягкая йога Галина
10:00-11:30 Йога Начинающие Юлия Л.	11:00-12:00 Йога Начинающие Екатерина И.	10:00-11:00 Йога Начинающие Екатерина И.	10:00-11:30 Йога Начинающие Юлия Л.	11:00-12:00 Йога Начинающие Екатерина И.	запись на индивидуальные занятия	11:00-12:30 Йога Начинающие Ольга Е.
запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Йога Начинающие Екатерина И.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	12:30-14:00 Йога Начинающие Ирина И.
17:30-18:30 Йога Начинающие Ксения Т.	17:00-18:00 Йога Начинающие Дарья Ж.	12:00-13:00 Йога Начинающие Екатерина И.	17:30-18:30 Йога Начинающие Ксения Т.	17:00-18:00 Йога Начинающие Анна Т.	16:30-18:00 Йога Начинающие Татьяна Ш.	14:00-15:00 Йога Начинающие Марина П.
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Начинающие Анна Т.	17:00-18:00 Йога Начинающие Татьяна Ш.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Начинающие Дарья Л.	18:00-19:30 Йога Начинающие Дмитрий С.	15:00-16:00 Логические игры 7-12 лет Ирина И.
запись на индивидуальные занятия	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	18:30-20:00 Йога Айензара Начинающие Саши Р.	запись на индивидуальные занятия	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина.	запись на индивидуальные занятия	16:00-17:30 Йога Начинающие Елена Б.
запись на индивидуальные занятия.	20:30-21:30 Йога Relax с чаем Лена Л	20:00-21:30 Школа инструкторов онлайн Саши Р. (закрытая группа)	запись на индивидуальные занятия	20:30-21:30 Релакс 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:

➤ **Осенняя акция!**

С 1 по 15 сентября Безлимитный

Абонемент на 3 месяца*

всего за 9500р.

***Невозвратный и без продления.**