

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 июня 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 Дарья Л. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Лена Л. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Дарья Л. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша 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 Лена Л. 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 для Спины Таня Б. Скидка 20%	
9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л.	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л.	Набор Группы 9:30-11:00 Женский класс с Чашами Лена Л.	9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л.	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л.	9:30-11:00 Йога Начинающие Таня Б.	
10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	Запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Класс Пранаямы и Медитации Таня Б.	11:30-13:30 Йога Усложненная Андрей
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йогатерапия Позвоночника и Суставов Лена Л.	11:30-13:00 Йога Начинающие Ольга В.	11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	11:30-13:00 Женский класс с чашами Лена Л.	12:00-13:30 Йога Начинающие Лена Л.	
13:00-14:30 Мягкая Йога Эмма З. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	13:00-14:30 Йога Начинающие Ольга В.	13:00-14:30 Мягкая Йога Эмма З. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	14:30-16:00 ЦИГУН Александра К. (1.06 и 8.06, далее набор группы)	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Анастасия О.
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.	16:00-18:30 Молодежный тренинг 13-17 лет «На своей волне» Андрей/Настя	15:00-18:00 Уроки мудрости+ Логические игры 7-12 лет Анастасия О.
16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 Молодёжная Йога 11-15 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 11-15 лет Алена Т.		16:00-17:30 Йога Начинающие Татьяна Щ.
18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	Набор Группы 17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет	17:00-18:30 Йога Для зрения Дарья Л.	18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	Набор Группы 17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
19:00-20:30 Йога Начинающие Ольга Е.	18:30-19:30 Йога для Спины Андрей	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	19:00-20:30 Йога Начинающие Ольга Е.	18:30-19:30 Йога для Спины 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 Relax с Чашами Лена Л.	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

16 июня (вс) 9:00-14:00 **Международный день йоги.**

Набережная, Большая сцена, 3 лекционные площадки, детская площадка, подарки всем пришедшим от всех Центров Йоги города!

С 10-14, 17-21, 24-28 июня **Детская Йога Смена.**

Ведущий Терентьев Андрей, запись 89145441760

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 июня 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. Скидка 20% (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	7:30-8:30 Йога Начинающие Ирина Д. Скидка 20% Кроме 27.06	6:00-7:00 Класс Пранаямы и Медитации Саша Р. Скидка 20% (по записи)	Закрытая группа 7:00-10:00 Школа инструкторов Часть 2 Андрей	8:00-9:00 Йога Начинающие Алена И. Скидка 20%
9:00-10:00 Детская и Молодежная йога Андрей	9:00-10:00 Детская и Молодежная йога Андрей	9:00-10:00 Детская и Молодежная йога Алла А.	9:00-10:00 Детская и Молодежная йога Андрей	9:00-10:00 Детская и Молодежная йога Алла А.	10:30-12:00 Йога Начинающие Ксения Т.	9:30-11:00 Мягкая Йога Галина
Набор Группы 10:00-11:00 Мама + Бейби Йога 0+ Татьяна М.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Набор Группы 10:00-11:00 Мама + Бейби Йога 0+ Татьяна М.	Запись на индивидуальные занятия	12:00-13:30 Йога для Беременных Алена Т.	11:00-12:30 Йога Женский класс Ольга Е.
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	14:00-15:00 Йогатерапия Позвоночника и Суставов Лена Л.	13:30-15:00 Йога Начинающие Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	16:00-17:00 Йога Начинающие + Медитация Дарья Л.	15:00-16:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	14:00-15:30 Йога Начинающие Александр О.
Запись на индивидуальные занятия	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т. С 7.06	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	17:00-18:00 Йога Начинающие Дарья Л.	16:00-17:30 Йога Начинающие Аня Т.	Запись на индивидуальные занятия
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия А.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т. С 7.06	18:30-20:00 Йога Айенгара Глубокие отстройки Саша Р.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия А.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т. С 7.06	17:30-18:30 Йога Relax с Чашами Лена Л.	16:30-17:30 Йога Начинающие для Спины Алена Т.
20:00-21:00 Йога Начинающие Мария Ш.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	20:00-21:00 Йога Начинающие Мария Ш.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина.	18:30-20:00 Йога Начинающие Дмитрий С.	17:30-18:30 Класс Пранаямы и Медитации 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	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	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

Летняя акция: с 1-15 июня Безлимитный абонемент на три месяца всего за 9990р, вместо 19500р.

Условия: без продления, невозвратный, активировать до 1.07.24г

С 15 по 23 июля - Фестиваль Йога на море

С 23 по 30 июля - Фестиваль Йога на море

С 19 по 27 августа - Йога Ретрит на Японском море

Телефон:

Телефон:

70-53-53

www.yoga-khv.ru

@yoga_khv_nataradja

Филiaal в Северном:

Тихоокеанская 204,

т.20-31-10