

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 июля 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 Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Лена Л. Скидка 20% (по записи)	7:00-8:00 Йога Начинающие Дарья Л. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Наташа Р. Скидка 20%	Зкрытая группа 7:30-11:00 Школа инструкторов Очно Андрей
8:00-9:00 Йога Средняя Алена И. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога с роллами МФР Лена Л. Скидка 20% (по записи)	8:00-9:00 Йога Средняя Алена И. Скидка 20%	8:00-9:00 Йога Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:30 Йога Начинающие для Спины Евгения Д. Скидка 20%	
9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л. (по записи)	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л. (по записи)	9:30-11:00 Женский класс с Чашами Лена Л. (по записи)	9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л. (по записи)	9:30-11:00 Йога Начинающие + Медитация Лена Л. (по записи)	9:30-11:00 Йога Средняя Таня Б.	
Набор Группы 10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Набор Группы 10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	Запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Класс Пранаямы и Медитации Таня Б.	11:00-12:30 Йога Женский класс Ольга Е.
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога Позвоночника и Суставов Лена Л. (по записи)	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. (по записи)	12:00-13:30 Йога с роллами МФР Лена Л. (по записи)	12:30-14:00 Пилатес Виктория Д. (по записи)
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.	Набор Группы 14:30-16:00 ЦИГУН Александра К.	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Юлия Д.
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.	17:30-18:30 Йога Relax с Чашами Лена Л. (по записи)	Набор Группы 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.	Запись на индивидуальные занятия	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. До 17.07	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 Дарья Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	19:00-20:30 Йога Начинающие Ольга Е.	18:30-19:30 Йога для Спины Дарья Л.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
20:30-21:30 Йога Relax с Чашами Лена Л. (по записи)	19:30-21:00 Йога Средняя Дарья Л.	20:00-21:00 Пилатес Виктория Д. (по записи)	20:30-21:30 Йога Начинающие Анна С.	19:30-21:00 Йога Средняя Дарья Л.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия

- выделено новое в расписании

8-11 июля (вс) 6:30-8:00 Семинар по пранаяме с Татьяной Бермес

С 1-5 июля Детская йога Смена. Ведущий Терентьев Андрей, запись 89145441760

13 июля 14:00-17:00 Концерт-медитация с поющими чашами. Проводит Елена Лаптейкина.

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 июля 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 Таисия Д. Скидка 20% (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	7:30-8:30 Йога Начинаящие Ирина Д. Скидка 20%	6:00-7:00 Класс Пранаямы и Медитации Таисия Д. Скидка 20% (по записи)	Закрытая группа 7:00-10:00 Школа инструкторов Часть 2 Андрей	8:00-9:00 Йога Начинаящие Алена И. Скидка 20%
Набор Группы 9:00-10:00 Детская йога Алла А.	Запись на индивидуальные занятия	8:00-9:00 Йога Начинаящие Валерий Т. Скидка 20%	Набор Группы 9:00-10:00 Детская йога Алла А.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	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.	11:30-13:30 Йога Условноженная Таисия Д.
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	14:00-15:00 Йоготерапия Позвоночника и Суставов Лена Л. (по записи)	13:30-15:00 Йога Начинаящие Алена Т.	14:00-15:30 Йога Начинаящие Марина К.
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	16:00-17:00 Йога Начинаящие + Медитация Дарья Л.	15:00-16:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия
Запись на индивидуальные занятия	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	17:00-18:00 Йога Начинаящие Дарья Л.	16:00-17:30 Йога Начинаящие Ксения К. С 13.07	16:30-17:30 Йога Начинаящие для Спины Алена Т.
18:30-20:00 Йога Начинаящие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	18:30-20:00 Йога Начинаящие Евгения Д.	18:30-20:00 Йога Начинаящие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	18:30-20:00 Йога Начинаящие Валерий Т.	17:30-18:30 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.
20:30-21:30 Йога Начинаящие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинаящие Галина	Запись на индивидуальные занятия	20:30-21:30 Йога Начинаящие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинаящие Галина.	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	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

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

С 13 по 21 июля - Фестиваль Йога на море
С 21 по 28 июля - Фестиваль Йога на море
С 19 по 27 августа - Йога Ретрит на Японском море

Телефон:

70-53-53

www.yoga-khv.ru

@yoga_khv_nataradja

Филиал в Северном:

Тихоокеанская, 204,

20-31-10