

# Центр классической йоги «Натараджа»

## Расписание с 1 сентября 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 <b>Йога</b> Начинающие Ксения К Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога</b> Начинающие Саша Р. Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога</b> Начинающие Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога</b> Начинающие Ксения К Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога</b> Начинающие Саша Р. Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога</b> Начинающие Диана Р. Скидка 20%	Закрывающая группа 7:30-11:00 <b>Школа</b> инструкторов <b>Очно</b> Андрей
8:00-9:00 <b>Йога</b> Средняя Катя Т. Скидка 20%	8:00-9:00 <b>Йога</b> Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:00 <b>Йога</b> Начинающие Валерий Т. Скидка 20%	8:00-9:00 <b>Йога</b> Средняя Катя Т. Скидка 20%	8:00-9:00 <b>Йога</b> Начинающие Таня Б. Скидка 20%	8:00-9:30 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Марина Б./ Анна Х. Скидка 20%	
9:00-10:00 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Втюрина Л.	Запись на индивидуальные занятия	9:30-11:00 <b>Женский</b> класс с Чашами Лена Л. (по записи)	9:00-10:00 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Втюрина Л.	Запись на индивидуальные занятия	9:30-11:00 <b>Йога</b> Средняя Таня Б.	11:00-12:30 <b>Йога</b> Женский класс Эмма З.
10:00-11:30 <b>Йога для</b> Беременных Катя Т.	10:00-11:30 <b>Йога</b> Начинающие + Медитация Дарья Л.	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:30 <b>Йога для</b> Беременных Катя Т.	10:00-11:30 <b>Йога</b> Начинающие + Медитация Дарья Л.	11:00-12:00 <b>Класс</b> Пранаямы и Медитации Таня Б.	12:30-14:00 <b>Йога</b> Начинающие Эмма З. (по записи)
11:30-13:00 <b>Йога Айенгара</b> Начинающие Галина	11:30-12:30 <b>Йога-Нидра</b> Дарья Л.	11:30-13:00 <b>Йога</b> Начинающие Ольга В.	11:30-13:00 <b>Йога Айенгара</b> Начинающие Галина	11:30-12:30 <b>Йога-Нидра</b> Дарья Л.	12:00-13:30 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Евгения Д.	14:00-15:00 <b>Детская йога</b> "Здоровые спинки" 6-10 лет Анастасия О.
13:00-14:30 <b>Мягкая Йога</b> Эмма З. (по записи)	13:00-14:30 <b>Йога</b> Начинающие Евгения Л.	13:00-14:30 <b>Йога</b> Начинающие Ольга В.	13:00-14:30 <b>Мягкая Йога</b> Эмма З. (по записи)	13:00-14:30 <b>Йога</b> Начинающие Евгения Л.	14:30-16:00 <b>ЦИГУН</b> Александра К.	Закрывающая группа 8.09-24.11 15:00-18:00 Детский тренинг <b>ГУРУ КУЛА</b> 7-12 лет Анастасия О.
Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 <b>Йога</b> Начинающие Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 <b>Йога</b> Начинающие Алена Т.	16:00-17:30 <b>ИНЬ-Йога</b> Мария К.	
16:00-17:30 <b>Йога для</b> Старшего возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 <b>Молодёжная</b> <b>Йога</b> 11-15 лет Алена Т.	16:00-17:00 <b>Йога</b> Начинающие + Медитация Дарья Л.	16:00-17:30 <b>Йога для</b> Старшего Возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 <b>Молодёжная</b> <b>Йога</b> 11-15 лет Алена Т.	28.09-14.12 17:30-20:00 <b>Молодежный</b> тренинг 13-17 лет «На своей волне» Андрей/Настя	Запись на индивидуальные занятия
18:00-19:00 <b>Йога</b> Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 <b>Детская йога</b> "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей	17:00-18:30 <b>Йога</b> Для зрения Дарья Л.	18:00-19:00 <b>Йога</b> Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 <b>Детская йога</b> "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
19:00-20:30 <b>Йога</b> Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Андрей	18:30-20:00 <b>Йога</b> Начинающие Мария К./ Юлия Л.	19:00-20:30 <b>Йога</b> Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 <b>Йога</b> Начинающие для Спины Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
20:30-21:30 <b>Йога Релакс</b> с чашами Лена Л. (по записи)	19:30-21:00 <b>Йога Средняя</b> Андрей	20:00-21:00 <b>Йога</b> Начинающие Эмма З. (по записи)	20:30-21:30 <b>Йога</b> Начинающие Марина Б. (по записи)	19:30-21:00 <b>Йога Средняя</b> Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия

# Центр классической йоги «Натараджа»

## Расписание с 1 сентября 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 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Саша Р. Скидка 20% (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	7:30-8:30 <b>Йога Начинающие</b> Ирина Д. Скидка 20% До 14.09	6:00-7:00 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Саша Р. Скидка 20% (по записи)	7:00-8:00 <b>Йога Начинающие</b> Наташа Р. Скидка 20%	7:00-8:00 <b>Йога Начинающие</b> Татьяна Ш. Скидка 20%
9:00-10:00 <b>Детская йога</b> Юлия Д.	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	9:00-10:00 <b>Детская йога</b> Юлия Д.	Запись на индивидуальные занятия	12:00-13:30 <b>Йога для Беременных</b> Алена Т. (по записи)	8:00-9:00 <b>Йога Начинающие</b> Ирина Д./Алена И. Скидка 20%
10:00-11:00 <b>Мама + Бейби Йога 0+</b> Татьяна М. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:00 <b>Мама + Бейби Йога 0+</b> Татьяна М. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	13:30-15:00 <b>Йога Начинающие</b> Алена Т.	9:30-11:00 <b>Мягкая Йога</b> Галина
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	15:00-16:00 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Алена Т.	11:30-13:30 <b>Йога Усложненная</b> Андрей
17:00-18:00 <b>Йога Начинающие</b> Тайсия	17:00-18:00 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Алена Т.	17:00-18:00 <b>Йога Начинающие</b> Евгения Л.	Запись на индивидуальные занятия	17:00-18:00 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Алена Т.	16:00-17:30 <b>Йога Начинающие</b> Ксения К. (по записи)	14:00-15:30 <b>Йога Начинающие</b> Асия Д. (по записи)
18:30-20:00 <b>Йога Начинающие</b> Мария К./Юлия Л. (по записи)	18:00-19:00 <b>Йога Женский класс</b> Алена Т.	Закрытая группа 18:30-20:00 <b>Глубокие отстройки</b> Саша Р.	18:30-20:00 <b>Йога Начинающие</b> Евгения Д./Юлия Л.	18:00-19:00 <b>Йога Женский класс</b> Алена Т.	Запись на индивидуальные занятия	16:30-17:30 <b>Йога Начинающие для Спины</b> Алена Т.
20:30-21:30 <b>Йога Начинающие</b> Надежда Б.	19:00-20:30 <b>Йога Начинающие</b> Галина	20:00-21:15 <b>Йога Начинающие</b> Татьяна К.	20:30-21:30 <b>Йога Начинающие</b> Надежда Б.	19:00-20:30 <b>Йога Начинающие</b> Галина.	18:30-20:00 <b>Йога Начинающие</b> Дмитрий С.	17:30-18:30 <b>Класс Пранаямы и Медитации</b> Алена Т.

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 <b>ШКИ Онлайн</b> Юля Л.	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	Закрытая группа 18:00-21:30 <b>ШКИ Онлайн</b> Саша Р.	Запись на индивидуальные занятия

- выделено новое в расписании

**Акция! С 1 по 10 сентября**

**Осенняя акция!**

**ПОДАРОЧНЫЙ Безлимитный абонемент на 3 месяца**

**всего за 9990р, вместо 19500р.**

Для всех клиентов.

Активировать до 1 октября. Невозвратный, без продления.

Телефон:

70-53-53

WA: +79147729392

www.yoga-khv.ru

Telegram: yoga\_khv\_nataradja

1.09 17:00-18:00 **БЕСПЛАТНЫЙ МК «Детская йога 2-5 лет»**

8.09 19:00-21:30 **Йога-Вечеринка+Гуру Пуджа «День рождения Натараджи»**

8.09-24.11 по воскресеньям 14:00-18:00 **Детский тренинг ГУРУ КУЛА, 6-11 лет**

28.09-14.12 по субботам 17:30-20:00 **Молодежный тренинг «На своей волне», 13-17 лет**

29.09 Начало очной годичной **Школы инструкторов классической йоги**

29.09 по воскресеньям 9:30-11:00 **Цикл лекций по философии йоги, 10 лекций**