

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 ноября 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 Евгения Д. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Саша Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Анна Р. Скидка 20%	7:00-8:00 Йога Начинающие Евгения Д. 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 Валерий Т. 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 Анна Т. Скидка 20%	
9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Лилия	9:30-10:30 Йога Начинающие Дарья Л.	9:30-11:00 Женский класс с Чашами Лена Л.	9:00-10:00 Йога Начинающие для Спины Лилия	9:30-10:30 Йога Начинающие Дарья Л.	9:30-11:00 Йога Средняя Таня Б.	11:30-13:30 Йога Усложненная Андрей
10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	10:30-12:00 Йога Начинающие Мария К.	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:30 Йога для Беременных Катя Т.	10:30-12:00 Йога Начинающие Мария К.	11:00-12:00 Класс Пранаямы и Медитации Таня Б.	14:00-15:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей
11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	11:30-13:00 Йога Начинающие Ольга В.	11:30-13:00 Йога Айенгара Начинающие Галина	Запись на индивидуальные занятия	12:00-13:30 Йога Начинающие для Спины Евгения Д.	Закрытая группа 8.09-24.11 15:00-18:00 Детский тренинг ГУРУ КУЛА 7-12 лет Андрей
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.	14:30-16:00 ЦИГУН Александра К. С 9.11	
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.	16:00-17:30 Хатха+Инь Йога Мария К.	Закрытая группа 16.10-24.11 17:00-19:00 Женское здоровье Катя Т.
16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга И. Скидка 30%	16:00-17:00 Молодёжная Йога 11-16 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 11-16 лет Алена Т.	28.09-14.12 17:30-20:00 Молодежный тренинг 13-17 лет «На своей волне» Андрей	
18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей	17:00-18:30 Йога Для зрения Дарья Л. Кроме 20.11	18:00-19:00 Йога Начинающие Таня Б.	17:00-18:00 Детская йога "Здоровые спинки" 6-10 лет Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
19:00-20:30 Йога Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 Йога Начинающие для Спины Андрей	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л..	19:00-20:30 Йога Начинающие Дарья Л.	18:30-19:30 Йога Начинающие для Спины Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия
20:30-21:30 Йога Релакс с чашами Лена Л.	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	20:00-21:00 Йога Начинающие Эмма З.	20:30-21:30 Йога Начинающие Марина Б.	19:30-21:00 Йога Средняя Андрей	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия

Центр классической йоги «Натараджа»

Расписание с 1 ноября 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 Лиза М. Скидка 20%	6:00-7:00 Класс Пранаямы и Медитации Саша Р. Скидка 20% (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	7:00-8:00 Йога Начинающие Таисия Скидка 20% С 9.11
Запись на индивидуальные занятия	7:30-8:30 Йога Начинающие Ирина Д. Скидка 20%	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Силовая Йога Ирина И.	8:00-9:00 Йога Начинающие Алена И. Скидка 20%
10:00-11:00 Йога Начинающие Таисия Д. С 9.11	10:00-11:00 Йога Начинающие Анна Х.	10:00-11:00 Йога Начинающие Таисия Д. С 9.11	Запись на индивидуальные занятия	10:00-11:00 Йога Начинающие Анна Х.	12:30-14:00 Йога для Беременных Алена Т. (по записи)	9:30-11:00 Мягкая Йога Галина
11:00-12:00 Мама Йога Татьяна М. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	11:00-12:00 Мама Йога Татьяна М. (по записи)	Запись на индивидуальные занятия	14:00-15:00 Йога Начинающие Алена Т.	11:00-12:30 Йога Женский класс Эмма З.
17:00-18:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л. (по записи)	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	17:00-18:00 Йога Начинающие Евгения Л.	17:00-18:00 Йога Начинающие для Спины Дарья Л. (по записи)	17:00-18:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	15:00-16:00 Класс Пранаямы и Медитации Алена Т.	12:30-14:00 Йога Начинающие Эмма З. (по записи)
18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	Закрытая группа 18:00-20:00 Глубокие отстройки Саша Р.	18:30-20:00 Йога Начинающие Юлия Л.	18:00-19:00 Йога Женский класс Алена Т.	16:00-17:30 Йога Начинающие Ксения К.	14:00-15:30 Йога Начинающие Асия Д.
20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина	Закрытая группа 16.10-24.11 20:00-21:30 Женское здоровье Катя Т.	20:30-21:30 Йога Начинающие Надежда Б.	19:00-20:30 Йога Начинающие Галина.	Запись на индивидуальные занятия	16:30-17:30 Йога Начинающие для Спины Алена Т.
Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	Запись на индивидуальные занятия	18:30-20:00 Йога Начинающие Дмитрий С.	17:30-18:30 Класс Пранаямы и Медитации 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	Запись на индивидуальные занятия и Массаж	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

- выделено новое в расписании

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

11.11-14.11 Семинар «Секреты Медитации. Часть 2».

Проводит Терентьев Андрей. Стоимость 4500 р. до 10.11, после – 5500 р.

Телефон:

70-53-53

WA: +79147729392

www.yoga-khv.ru

Telegram: yoga_khv_nataradja