

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 января 2019г.

ул. Комсомольская, 62 (ост. Сапоро, Площадь Славы, Речной Вокзал)
Большой зал (вместимость 20 человек)

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
7:30-8:30 Йога Начинающие Настя Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Оксана Б. скидка 30%	7:30-8:30 Йога Начинающие Оля Т. скидка 30%	7:30-8:30 Йога Начинающие Настя Л. скидка 30%	7:00-8:00 Йога Начинающие Оксана Б. скидка 30%	7:00-8:30 Аштанга Виньяса йога Наташа Р. скидка 30%	7:00-10:30 Школа инструкторов Классической йоги (закрываемая группа)
8:30-9:30 Йога Женский класс Катя Н. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Аня К. скидка 30%	8:30-9:30 Йога Начинающие для Зрения Денис К. скидка 30%	8:30-9:30 Йога Женский класс Катя Н. скидка 30%	8:00-9:00 Йога Начинающие Аня К. скидка 30%	8:30-10:00 Йога Айензара Начинающие Гая К. скидка 30%	
10:00-11:30 Йога Начинающие Катя Н.	9:30-11:00 Йога Начинающие для Спина Денис К	10:00-11:30 Йога Женский класс Настя Л.	10:00-11:30 Йога Начинающие Катя Н.	9:30-11:00 Йога Начинающие для Спина Денис К	10:00-11:30 Йога Женский класс Оля Т.	10:30-11:30 Динамическая Йога Маша К.
11:30-13:00 Йога Айензара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:30-13:00 Йога Начинающие Для Спина Денис К.	11:30-13:00 Йога Айензара Начинающие Галина	11:30-13:00 Йога для Беременных Маша К	11:30-13:00 Йога Средняя Оля Т.	11:30-13:00 Йога Начинающие Женский класс Маша К.
13:00-14:30 Йога Начинающие для Зрения Галина	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спина Маша К	запись на индивидуальные занятия	13:00-14:30 Йога Начинающие для Зрения Галина	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спина Маша К	13:00-14:30 Йога Начинающие Наташа Л	13:00-14:30 Йога Начинающие для Спина Елена Л.
14:30-16:00 Йога Начинающие для Спина Денис К (запись)	14:30-16:00 Йога Начинающие Таня К. (запись)	14:30-16:00 Йога Начинающие для Спина Елена Л. (запись)	14:30-16:00 Йога Начинающие для Спина Денис К (запись)	14:30-16:00 Йога Начинающие Таня К. (запись)	14:30-16:00 Шивананда Йога Таня Б. (запись)	14:30-16:00 Relax Йога Начинающие Оксана Б. (запись)
16:30-17:30 Молодежная Йога 13-17 лет Денис К скидка 30%	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Гая К скидка 30%	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга В. скидка 30%	16:30-17:30 Молодежная Йога 13-17 лет Денис К скидка 30%	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Гая К скидка 30%	17:00-18:30 Йога Начинающие Настя Л.	16:00-17:30 Йога Начинающие Оксана Б
17:30-18:30 Йога Начинающие Ольга В.	17:30-18:30 Йога Начинающие Оля Т.	17:30-18:30 Йога Начинающие Ольга В.	17:30-18:30 Йога Начинающие Ольга В.	17:30-18:30 Йога Начинающие Оля Т.	запись на индивидуальные занятия	13 января 17:30-20:30 Семинар практикум: «Астро- прогноз на 2019 год» осознанное и гармоничное распределение приоритета Ирина Бойко оплачивается отдельно
18:30-20:00 Йога Средняя Настя Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие Оля Т.	18:30-20:00 Relax Йога Начинающие Оксана Б.	18:30-20:00 Йога Средняя Настя Л.	18:30-20:00 Йога Начинающие Оля Т.	запись на индивидуальные занятия	
20:00-21:30 Йога Начинающие Настя Л.	20:00-21:30 Йога Айензара Начинающие Гая К	20:00-21:30 Йога Начинающие Оксана Б.	20:00-21:30 Йога Начинающие Настя Л.	20:00-21:30 Йога Айензара Начинающие Гая К	запись на индивидуальные занятия	

Бесплатные Мастер классы, семинары, открытые уроки:

- выделено новое в расписании

- Акция! с 4-10 января при покупке любого абонемента, получи 4 занятия на Детскую йогу «Здоровые Спинки» 7-12 лет в подарок, воспользоваться абонементом могут только новые клиенты и те, кто не был в 2018г., активировать до 1 февраля
- 19 января в субботу Бесплатный открытый урок по Шивананда йоге, в 14:30, инструктор: Татьяна Бермес, запись

Центр Классической Йоги «Натараджа»

расписание с 1 января 2019г.

ул. Комсомольская, 62 (ост. Саппоро, Площадь Славы, Речной Вокзал)

Средний зал (вместимость 8 человек)

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
6:30-7:30 Йога Начинающие Маша С скидка 30% (запись)	Набор группы 9:00-10:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Иван скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	Набор группы 9:00-10:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Иван скидка 30%	6:30-7:30 Йога Начинающие Маша С скидка 30% (запись)	10:00-11:30 Закрыва ющая группа Александра	7:30-9:00 Класс Йоги и Медитации Денис скидка 30%
9:00-10:30 Йога Терапия Катя Т. (закрыва ющая группа)	10:00-11:00 Бэби йога 0-2 Таня М. (запись)	9:30-11:30 Йога Средняя Денис К	9:00-10:30 Йога Терапия Катя Т. (закрыва ющая группа)	10:00-11:00 Бэби йога 0-2 Таня М. (запись)	запись на индивидуальные занятия	9:00-10:00 Йога Начинающие Денис
10:30-11:45 Мама йога 0-2 лет Катя Т. скидка 30% (запись)	16:00-17:30 Логические изг ры 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	10:30-11:45 Мама йога 0-2 лет Катя Т. скидка 30% (запись)	16:00-17:30 Логические изг ры 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	10:00-11:15 Йога для Беременных Катя Т. (запись)
запись на индивидуальные занятия	17:30-18:30 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	17:30-18:30 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%	16:00-17:30 Йога для Старшего возраста Ольга В. скидка 30%	Набор группы 11:15-12:00 Детская йога 5-6 лет Андрей скидка 30%
18:30-20:00 Йога Начинающие Ольга В.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спина Андрей	18:30-19:30 Йога Начинающие Динамическая Ольга С.	18:30-20:00 Йога Начинающие Ольга В.	18:30-20:00 Йога Начинающие для Спина Андрей	запись на индивидуальные занятия	12:00-13:00 Детская йога "Здоровые спинки" 7-12 лет Андрей скидка 30%
20:00-21:30 Йога для Похудения Ольга К	20:00-21:30 Шивананда Йога Таня Б. (запись)	19:30-21:00 Аштанга Виньяса йога Наташа Р.	20:00-21:30 Йога для Похудения Ольга К	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	13:00-14:30 Логические изг ры 7-12 лет Андрей Т. скидка 30%

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:

Шриनिवास Пулур Сарасвати, Индия:

- 10 января знакомство «Йога в современном мире и практика Вивекананда йога», с 19:00-21:30, 1000р
- 11-14 января семинар «Секреты Медитации» с 19:00 – 21:30, до 10 января 4500р, после 5500
- 12-13 января семинар «Шивананда йога, философия, пранаяма» с 10:00 – 18:00, до 5 января 6500р, после 7500, в день начала 8500р
- 11-15 января семинар «Основы санскрита» с 7:00 – 9:00, до 10 января 2500р, после 3500

Телефон:

70-53-53

www.yoga-khv.ru

@yoga_khv_nataradja

Филиал в Северном:

Тихоокеанская 204,

т. 20-31-10