

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	
СИЛОВАЯ ЙОГА Яна 90 мин	МФР Кадрия 90 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА ПО МЕТОДУ АЙЕНГАРА Лейсан 60 мин	ЙОГА ТЕРАПИЯ Кадрия 90 мин	СИЛОВАЯ ЙОГА Яна 90 мин	ЙОГА ТЕРАПИЯ Кадрия 60 мин	
11:00					11:00	
ЗДОРОВАЯ СПИНА (малый зал) Люция 60 мин					МФР Кадрия 60 мин	
12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00	12:00
АЙЕНГАРА-ЙОГА Лейсан 60 мин	ПИЛАТЕС Дарья 60 мин	АЭРОЙОГА Ирина 60 мин	ПИЛАТЕС Дарья 60 мин	ПРАНАЯМА Ирина 60 мин	КУНДАЛИНИ ЙОГА Ирина 90 мин	ПИЛАТЕС Лилия 60 мин
13:00	13:00	13:00	13:00	13:00		13:00
ЖЕНСКАЯ ЙОГА Джоана 60 мин	СТРЕТЧИНГ Джоана 60 мин	АШТАНГА ЙОГА Джоана 60 мин	СТРЕТЧИНГ Джоана 60 мин	АШТАНГА ЙОГА Джоана 60 мин		АЭРОЙОГА Лилия 60 мин
	14:00	14:00		14:00		
	АНТИСТРЕСС ЙОГА Джоана 60 мин	ИНЬ-ЙОГА Джоана 60 мин		ИНЬ-ЙОГА Джоана 60 мин		
16:00						
КУНДАЛИНИ ЙОГА Ирина 90 мин						
18:00	19:00	18:30		18:00		
АЭРОЙОГА Ирина 60 мин	ЙОГА КРИТИЧЕСКОГО ВЫРАВНИВАНИЯ Алина 90 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА Люция 60 мин		ЗДОРОВАЯ СПИНА Люция 60 мин		