

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	
ПИЛАТЕС Ольга 60 мин	ЙОГА ТЕРАПИЯ с использованием гамака Кадрия 90 мин	АЙЕНГАРА ЙОГА Юлия 90 мин	ЙОГА ТЕРАПИЯ с использованием гамака Кадрия 90 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА по методу Айенгара Юлия 90 мин	ЙОГА ТЕРАПИЯ с использованием гамака Кадрия 90 мин	
	12:00	12:00	12:00	12:00		
	ПИЛАТЕС Дарья 60 мин	КУНДАЛИНИ-ЙОГА Ирина 60 мин	ПИЛАТЕС Дарья 60 мин	КУНДАЛИНИ-ЙОГА Ирина 60 мин		
13:00		13:00	13:00	13:00	13:00	
АШТАНГА ЙОГА Джоана 60 мин		АШТАНГА ЙОГА Джоана 60 мин	ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА (BODY FLEX) Джоана 60 мин	АШТАНГА ЙОГА Джоана 60 мин	АЭРОЙОГА Ирина 60 мин	ИНЬ ЙОГА Джоана 60 мин
14:00		14:00			14:00	
ИНЬ ЙОГА Джоана 60 мин		СТРЕТЧИНГ Джоана 60 мин			ФЛОУ ЙОГА Джоана 60 мин	
16:00		16:00				16:00
КУНДАЛИНИ-ЙОГА Ирина 90 мин		ХАТХА-ЙОГА Екатерина 60 мин				ПИЛАТЕС Лилия 60 мин
						17:00
						АЭРОЙОГА Лилия 60 мин
18:00	18:30		18:30			
АЭРОЙОГА Ирина 60 мин	ХАТХА-ЙОГА Ольга 60 мин		ХАТХА-ЙОГА Ольга 60 мин			