



# РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	10:00	
<b>ПИЛАТЕС</b> Ольга 60 мин	<b>ЙОГА ТЕРАПИЯ</b> с использованием гамака Кадрия 90 мин	<b>АЙЕНГАРА ЙОГА</b> Юлия 90 мин	<b>ЙОГА ТЕРАПИЯ</b> с использованием гамака Кадрия 90 мин	<b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b> по методу Айенгара Юлия 90 мин	<b>ЙОГА ТЕРАПИЯ</b> с использованием гамака Кадрия 90 мин	
	12:00	12:00	12:00	12:00		
	пилатес Дарья 60 мин	<b>АЭРОЙОГА</b> Ирина 60 мин	пилатес Дарья 60 мин	<b>АЭРОЙОГА</b> Ирина 60 мин		
	кундалини -ЙОГА Ирина 60 мин		кундалини -ЙОГА Ирина 60 мин			
13:00	13:00	13:00	13:00		13:00	
<b>АШТАНГА ЙОГА</b> Джоана 60 мин	<b>ИНЬ ЙОГА</b> Джоана 60 мин	<b>АШТАНГА ЙОГА</b> Джоана 60 мин	<b>ФЛОУ ЙОГА</b> Джоана 60 мин		<b>АШТАНГА ЙОГА</b> Джоана 60 мин	
14:00	14:00	14:00		14:30	14:00	
<b>СТРЕТЧИНГ</b> Джоана 60 мин	<b>АШТАНГА ЙОГА</b> Виктория 90 мин	<b>СТРЕТЧИНГ</b> Джоана 60 мин		<b>ХАТХА-ЙОГА</b> Виктория 90 мин	<b>ИНЬ ЙОГА</b> Джоана 60 мин	
15:00		16:00				16:00
<b>ХАТХА-ЙОГА</b> Виктория 90 мин		<b>АЙЕНГАРА ЙОГА</b> Ляйсан 60 мин				<b>ПИЛАТЕС</b> Лилия 60 мин
						17:00
						<b>АЭРОЙОГА</b> Лилия 60 мин
18:00	18:30		18:30			
<b>АЭРОЙОГА</b> Ирина 60 мин	<b>ХАТХА-ЙОГА</b> Екатерина 60 мин		<b>ХАТХА-ЙОГА</b> Екатерина 60 мин			