

Варфоломеева, 266 (залы 1 и 2)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
7							
8	7 ¹⁵ -8 ¹⁵ Алексей Основной класс	7 ¹⁵ -8 ¹⁵ Гаяна Основной класс	7 ¹⁵ -8 ¹⁵ Алексей Основной класс	7 ¹⁵ -8 ¹⁵ Гаяна Основной класс	7 ¹⁵ -8 ¹⁵ Алексей Основной класс		
9							
10	9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Для начинающих	9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Для начинающих	9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Для начинающих	9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Для начинающих	9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Для начинающих		9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Алексей Основной класс
11						10 ⁰⁰ -11 ³⁰ Денис Силовая медитация I	
12						11 ⁰⁰ -12 ³⁰ Татьяна Основной класс	11 ⁰⁰ -12 ³⁰ Екатерина Для начинающих
13						12 ³⁰ -14 ⁰⁰ Анкина Йога для беременных	
14		13 ⁰⁰ -14 ³⁰ Екатерина Йога-ланч		13 ⁰⁰ -14 ³⁰ Екатерина Йога-ланч			
15		14 ³⁰ -15 ³⁰ бесплатное занятие Знакомимся с йогой		14 ³⁰ -15 ³⁰ бесплатное занятие Знакомимся с йогой			
16			15 ³⁰ -17 ⁰⁰ Анкина Индийские классические танцы		15 ³⁰ -17 ⁰⁰ Анкина Индийские классические танцы		
17							
18	17 ²⁰ -18 ⁵⁰ Алексей Основной класс	17 ¹⁵ -18 ⁴⁵ Анкина Йога Для пенсионеров	17 ¹⁰ -18 ⁴⁰ Анкина Йога для начинающих	17 ²⁰ -18 ⁵⁰ Алексей Основной класс	17 ¹⁵ -18 ⁴⁵ Анкина Йога для начинающих	17 ¹⁰ -18 ⁴⁰ Наталья Для начинающих	17 ¹⁰ -18 ⁴⁰ Екатерина Женская практика
19							
20	19 ¹⁰ -20 ⁴⁰ Алексей Основной класс	19 ⁰⁰ -20 ³⁰ Денис Силовая медитация II	19 ⁰⁰ -20 ³⁰ Татьяна Для начинающих	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ Надежда Для начинающих	19 ¹⁰ -20 ⁴⁰ Алексей Основной класс	19 ⁰⁰ -20 ³⁰ Денис Силовая медитация II	19 ⁰⁰ -20 ³⁰ Денис Силовая медитация II
21							
22							

Варфоломеева, 266 (зал 3)

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

☎ 15⁰⁰–16³⁰

Марина

Женский клуб
"Единственная"

☎ 17³⁰–19⁰⁰

Денис

Силовая медитация I

☎ 17³⁰–19⁰⁰

Денис

Силовая медитация I

☎ 18⁰⁰–19³⁰

Анкина

Индийские классические танцы

☎ 19⁰⁰–20³⁰

Анкина

Йога для беременных

Буденновский, 93, к. 415 (Дом Быта)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
7							
8		☎️ 7 ⁰⁰ -8 ¹⁵ Наталья Йога-утро		☎️ 7 ⁰⁰ -8 ¹⁵ Наталья Йога-утро			
9							
10		☎️ 9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Наталья Для начинающих		☎️ 9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Наталья Для начинающих			☎️ 9 ⁰⁰ -10 ³⁰ Наталья Для начинающих
11						☎️ 10 ⁰⁰ -11 ³⁰	
12		11 ⁰⁰ -12 ³⁰ Алексей Основной класс		11 ⁰⁰ -12 ³⁰ Алексей Основной класс			11 ⁰⁰ -12 ³⁰ Марина Терапевтическая йога-лайт 2-й уровень
13						☎️ 12 ⁰⁰ -13 ³⁰ Для начинающих	
14		☎️ 13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ Наталья Йога-брейк	☎️ 13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ Наталья Йога-брейк	☎️ 13 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ Наталья Йога-брейк			
15							
16	☎️ 15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰ бесплатное занятие Знакомимся с йогой	14 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ Время для самостоятельной практики	☎️ 15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰ бесплатное занятие Знакомимся с йогой	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ Время для самостоятельной практики	☎️ 15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰ бесплатное занятие Знакомимся с йогой		
17							
18	14 ⁴⁵ -21 ⁰⁰ Время для самостоятельной практики		14 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ Время для самостоятельной практики			14 ⁴⁵ -18 ⁰⁰ Время для самостоятельной практики	
19		18 ²⁰ -19 ⁵⁰ Наталья Для начинающих					
20						18 ²⁰ -19 ⁵⁰ Наталья Для начинающих	
21		20 ⁰⁰ -21 ³⁰ Марина Терапевтическая йога-лайт 2-й уровень		17 ³⁰ -19 ⁰⁰ Марина Терапевтическая йога-лайт 1-й уровень			
22				19 ¹⁰ -20 ⁴⁰ Марина Терапевтическая йога-лайт 2-й уровень			

Зорге, 17 (женский клуб "Райское яблочко")

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

11⁰⁰-12³⁰

Екатерина / Надежда

Женская практика

18³⁰-20⁰⁰

Надежда

Для начинающих

18³⁰-20⁰⁰

Екатерина

Для начинающих

18³⁰-20⁰⁰

Надежда

Для начинающих

18³⁰-20⁰⁰

Екатерина

Для начинающих

18⁰⁰-19³⁰

Надежда

Для начинающих

1 линия, 74 (Арбат-Фитнес)

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
7							
8							
9	8 ³⁰ –10 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		8 ³⁰ –10 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		8 ³⁰ –10 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		9 ⁰⁰ –10 ³⁰ Татьяна Основной класс
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18	17 ³⁰ –19 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		17 ³⁰ –19 ⁰⁰ Татьяна Основной класс				
19		18 ³⁰ –20 ⁰⁰ Алексей Основной класс		18 ³⁰ –20 ⁰⁰ Алексей Основной класс			
20	19 ³⁰ –21 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		19 ³⁰ –21 ⁰⁰ Татьяна Основной класс		19 ⁰⁰ –20 ³⁰ Татьяна Основной класс		
21							
22							