

# Расписание занятий йога-практик в клубе "Golden Bridge"

Дата скачивания: 18.11.2018 13:19

Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
07:00 - 8:30	<b>Кундалини йога</b> (уточнять класс) Вольдемар А.	<b>Кундалини йога</b> (уточнять класс) Светлана А.	<b>Кундалини йога</b> (уточнять класс) Вольдемар А.	<b>Кундалини йога</b> (уточнять класс) Светлана А.	<b>Кундалини йога</b> (уточнять класс) Вольдемар А.		
07:00 - 9:00	<b>Саттва йога</b> (с декабря) Айжан		<b>Саттва йога</b> (с декабря) Айжан		<b>Саттва йога</b> (с декабря) Айжан		
08:00 - 09:20		<b>Йога Айенгара</b> Галина О.		<b>Йога Айенгара</b> Галина О.		<b>Йога Айенгара</b> 9:00 -10:30 Галина О.	
10:00 - 11:30		<b>Йога Айенгара</b> Галина О.		<b>Йога Айенгара</b> Галина О.		<b>Гонг медитация</b> (идет набор) Азиза С.	
10:30 - 12:00	<b>Йога для беременных</b> Марина У.		<b>Йога для беременных</b> Марина У.		<b>Йога для беременных</b> Марина У.		
12:00 - 13:00	<b>Йога Айенгара</b> Марина У.	<b>Кундалини йога</b> Зарема К.		<b>Кундалини йога</b> Зарема К.	<b>Йога Айенгара</b> Марина У.		
12:00 - 13:00	<b>Хатха йога</b> (идет набор в группу) Чингиз М.	<b>Хатха йога</b> 1 час Вадим К.	<b>Хатха йога</b> (идет набор в группу) Чингиз М.	<b>Хатха йога</b> 1 час Вадим К.	<b>Хатха йога</b> (идет набор в группу) Чингиз М.	<b>Йога-терапия</b> 12:30 - 13:30 (1 час) Сауле Е.	
13:00 - 14:00	<b>Йога-терапия</b> Сауле Е.	<b>Хатха йога по методу Айенгара</b> Мухиятбек К.	<b>Йога-терапия</b> Сауле Е.	<b>Хатха йога по методу Айенгара</b> Мухиятбек К.			
13:00 - 14:00	<b>Йога Айенгара</b> Ранджит А.	<b>Йога для беременных с</b> 13:00-14:30 Марина У.	<b>Йога Айенгара</b> Ранджит А.	<b>Йога для беременных с</b> 13:00-14:30 Марина У.	<b>Йога Айенгара</b> Ранджит А.		
15:00 - 16:00		<b>Йога-терапия</b> Сауле Е.		<b>Йога-терапия</b> Сауле Е.			
16:00 - 16:45		<b>Детская йога</b> от 1 года Марина У.		<b>Детская йога</b> от 1 года Марина У.			
17:00 - 18:15	<b>Йога Айенгара</b> Марина У.	<b>Йога-терапия</b> 1 час Сауле Е.	<b>Йога Айенгара</b> Марина У.	<b>Йога-терапия</b> 1 час Сауле Е.	<b>Йога Айенгара</b> Марина У.		
18:30 - 20:00	<b>Йога Айенгара</b> Ранджит А.	<b>Хатха йога</b> Йога-терапия (1 час) Сауле Е.	<b>Йога Айенгара</b> Ранджит А.	<b>Хатха йога</b> Йога-терапия (1 час) Сауле Е.	<b>Йога Айенгара</b> Айгуль А.		
18:30 - 20:00	<b>Йога-терапия</b> Пионтковская Е.	<b>Йога Айенгара</b> Гульнара Г.	<b>Йога-терапия</b> Пионтковская Е.	<b>Йога Айенгара</b> Гульнара Г.			
19:30 - 21:00	<b>Аштанга-виньяса-йога</b> 20:00-21:00 (идет набор группы) Бекжан	<b>Кундалини йога</b> Гонг- медитация Азиза С.	<b>Аштанга-виньяса-йога</b> 20:00-21:00 (идет набор группы) Бекжан	<b>Кундалини йога</b> Гонг- медитация Азиза С.	<b>Аштанга-виньяса-йога</b> 20:00-21:00(идет набор группы) Бекжан		