

Расписание на 25 июня

Д/К СОВРЕМЕННОК:

9.00-10.00 занятие «Хатха йога», проводит Дмитриева
Наталия

10.30-11.30 занятие «Йогатерапия позвоночника», проводит
Тулина Анна

12.00-13.00 занятие «Пранаяма и Йога-идра», проводит
Жарова Елена

13.30-14.30 занятие «Хатха йога», проводит Аксенфельд
Светлана

15.00-16.00 занятие «Йога танец», проводит Болотина Ольга

16.00-17.00 занятие «Знакомство с Ароматерапией», проводит
Кириллина Галина

*Весь день вкусные и полезные угощение от ресторана
«ЕЖИ» - живой растительной кухни в Самаре.*

Студия йоги ОМ:

10.00-11.00 хатха йоги, под руководством Жилкиной
Людмилы

11.00-12.00 ПИЛЕТЕС , под руководством Жилкиной
Людмилы,

11.30-12.30 ХАТХА ЙОГА под руководством Никитиной Нелли,

12.00-13.30 ХАТХА ЙОГА, под руководством Оленичевой
Татьяны.