



Студия йоги «Кедар»

ул. Кудрявцева, 18

Расписание занятий с 02.05

| День недели | Класс | Преподаватель | Время |
|-------------|----------------------------|--------------------|---------------|
| Понедельник | Утренняя практика | Румянцева Наталья | 07:00 – 08:30 |
| | Начальный | Румянцева Наталья | 09:00 – 10:30 |
| | Начальный | Кириянова Светлана | 10:30 – 12:00 |
| | Начальный | Горячева Марина | 12:30 – 14:00 |
| | Ознакомительный | Горячева Марина | 18:00 – 19:30 |
| | Начальный | Поляков Алексей | 19:30 – 21:00 |
| Вторник | Начальный | Горячева Марина | 09:00 – 10:30 |
| | Ознакомительный | Поляков Алексей | 12:30 – 14:00 |
| | Класс «Здоровая спина» | Поляков Алексей | 17:45 – 19:15 |
| | Начальный | Горячева Марина | 19:15 – 21:00 |
| Среда | Класс «Здоровая спина» | Горячева Марина | 10:00 – 11:30 |
| | Начальный | Горячева Марина | 17:30 – 19:00 |
| | Начальный | Полякова Вероника | 19:30 – 21:00 |
| Четверг | Утренняя практика | Румянцева Наталья | 07:00 – 08:30 |
| | Начальный | Румянцева Наталья | 09:00 – 10:30 |
| | Йогическая сукшма вьяма | Крамаренко Михаил | 12:00 – 13:30 |
| | Ознакомительный | Горячева Марина | 18:00 – 19:30 |
| | Начальный | Поляков Алексей | 19:30 – 21:00 |
| Пятница | Начальный | Горячева Марина | 09:00 – 10:30 |
| | Начальный | Кириянова Светлана | 10:30 – 12:00 |
| | Ознакомительный | Поляков Алексей | 12:30 – 14:00 |
| | Класс «Здоровая спина» | Полякова Вероника | 17:30 – 19:00 |
| | Начальный | Горячева Марина | 19:15 – 20:45 |
| Суббота | Гималайская сиддха йога | Крамаренко Михаил | 10:00 – 12:00 |
| | Начальный | Полякова Вероника | 12:30 – 14:00 |
| | Yoga Hormonal | Кириянова Светлана | 14:00 – 15:30 |
| Воскресенье | Класс «Здоровая спина» | Горячева Марина | 09:30 – 11:00 |
| | Детский класс | Полякова Вероника | 12:00 – 13:00 |

+7-920-142-09-05 Горячева Марина
+7-910-825-59-10 Поляков Алексей
+7-980-705-92-83 Полякова Вероника

+7-920-108-59-51 Румянцева Наталья
+7-912-885-58-66 Кириянова Светлана