

Расписание с 15 сентября (Каменноостровский)

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Понедельник	10:30 - 11:55	Начальный	Ильмира Кузьменко	Б
	12:00 - 13:25	Начальный 2	Ильмира Кузьменко	Б
	13:30 - 14:55	Здоровая спина	Алексей Кадруль	М
	17:00 - 18:25	Для буд.мам	Анастасия Магунова	М
	17:00 - 18:25	Начальный	Александр Загребин	Б
	18:30 - 20:25	Интенсивный	Татьяна Бородаенко	М
	19:00 - 20:25	Начальный 2	Анатолий Самсонов	Б
	20:30 - 21:55	Ознакомительный 1	Александр Загребин	М
	20:30-21:55	Начальный	Анатолий Самсонов	Б

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Четверг	09:00 - 10:25	Восстанавливающий	Сеелева Ольга	Б
	10:30-11:55	Начальный	Анастасия Магунова	Б
	12:00 - 13:25	Здоровая спина	Алина Позняк	Б
	13:30 - 14:55	Начальный ст.возраст	Алина Позняк	Б
	16:30-17:55	Начальный	Ильмира Кузьменко	Б
	18:30 - 19:55	Начальный	Ильмира Кузьменко	Б
	18:30 - 19:55	Ознакомительный 4	Анатолий Самсонов	М
	20:00 - 21:25	Для буд. мам	Мария Беляева	М
20:00 - 21:25	Начальный 2	Ильмира Кузьменко	Б	

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Вторник	08.00 - 09:25	Начальный	Виктория Рутенко	Б
	12:00 - 13:25	Восстанавливающий	Татьяна Афанасьева	Б
	14.00 - 15.25	Начальный ст.возраст	Виктория Рутенко	Б
	15:30 - 16:55	Начальный+Начальный 2	Виктория Рутенко	Б
	17:00-18:25	Консультация (по записи)	Татьяна Бородаенко	3
	17.00 - 17.55	Детский	Кадруль Алексей	М
	18:30 - 19:55	Ознакомительный 2	Анатолий Самсонов	Б
	18:30 - 19:55	Начальный	Татьяна Бородаенко	М
	20:00 - 21:25	Основной	Анатолий Самсонов	Б
20:00 - 21:55	Здоровая спина	Татьяна Бородаенко	М	

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Пятница	08:00 - 09:25	Начальный+Начальный 2	Виктория Рутенко	Б
	09:30 - 11:25	Класс по индивид. программам	Татьяна Бородаенко	Б
	11:30 - 13:25	Совместная практика	Татьяна Бородаенко	Б
	15:30 - 16:55	Начальный	Оксана Мацкевич	Б
	18:30 - 19:25	Здоровая спина	Светлана Левша	М
	18:30-19:55	Начальный 2	Александр Загребин	Б
	20.00 - 21:25	Женский	Светлана Левша	М
20:00- 21:25	Основы пранаямы	Александр Загребин	Б	

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Среда	08:00 - 09:25	Начальный 2	Ильмира Кузьменко	Б
	09:30 - 10:55	Начальный	Ильмира Кузьменко	Б
	13:30 - 14:55	Начальный	Оксана Мацкевич	Б
	18:30 - 19:55	Вводный	Мила Панова	Б
	19:00-20:25	Восстанавливающий	Светлана Левша	М
	20:30 - 21:55	Ознакомительный 3	Елена Комарова	М
	20:00 - 21:25	Начальный	Мила Панова	Б

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Суббота	10:00 - 11:25	Основной	Татьяна Бородаенко	Б
	11:30 - 12:55	Основы пранаямы	Татьяна Бородаенко	Б
	13:00 - 14:25	Начальный	Татьяна Бородаенко	Б
	14:30-15:55	Женский+Фейс йога	Ирина Ганкевич	М
	16:00-17:25	Вводный	Ольга Сеелева	Б
	16:30 - 18:55	Ознакомительный 1+2	Кадруль Алексей	М
	17:30 - 18:55	Начальный	Екатерина Никишина	Б

День	Время	Класс	Преподаватель	Зал
Воскресенье	08:30 - 10:15	Методический класс	Татьяна Бородаенко	Б
	10:30 - 11:55	Начальный	Татьяна Бородаенко	Б
	12:00 - 13:25	Начальный 2	Татьяна Бородаенко	Б
	13:30 - 14:55	Здоровая спина	Мария Беляева	Б
	15:00-16:25	Начальный	Мария Беляева	Б
	15:30-16:25	Детский	Анастасия Магунова	М
	16:30 - 17:55	Восстанавливающий	Беляева Мария	М
	16:30 - 18:55	Ознакомительный 3+4	Кадруль Алексей	Б

Б Большой зал

М Малый зал

3 Зал для частных уроков

Частные уроки проводятся по предварительной записи в удобное для Вас время.

Приглашаем Вас ощутить единство тела, ума и души.

С наилучшими пожеланиями,

Йога Центр на Каменноостровском ,40а  
4973111

[www.yoga-spb.ru](http://www.yoga-spb.ru)