|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **08:00-09:25** | **09:30-10:55** | **11:00-12:25** | **13:30-14:45** | **15:00-16:25** | **17:00-18:25** |
| **Понедельник** | Йога для начинающих | Универсальная йога | Йога Айенгара | Аштанга Виньяса йога | Йогатерапия | Кундалини йога |
| **Вторник** | Кундалини йога | Йогатерапия | Аштанга Виньяса йога | Йога Айенгара | Универсальная йога | Йога для начинающих |
| **Среда** | Универсальная йога | Йога для начинающих | Аштанга Виньяса йога | Йога Айенгара | Кундалини йога | Йогатерапия |
| **Четверг** | Йога для начинающих | Универсальная йога | Йога Айенгара | Аштанга Виньяса йога | Йогатерапия | Кундалини йога |
| **Пятница** | Кундалини йога | Йогатерапия | Аштанга Виньяса йога | Йога Айенгара | Универсальная йога | Йога для начинающих |
| **Суббота** | Универсальная йога | Йога для начинающих | Аштанга Виньяса йога | Йога Айенгара | Кундалини йога | Йогатерапия |
| **Воскресенье** | Йога для начинающих | Универсальная йога | Йога Айенгара | Аштанга Виньяса йога | Йогатерапия | Кундалини йога |