



Расписание

Центра Женских Практик «Лада»

| ВРЕМЯ | ПОНЕДЕЛЬНИК | ВТОРНИК | СРЕДА | ЧЕТВЕРГ | ПЯТНИЦА | СУББОТА | ВОСКРЕСЕНЬЕ |
|-------|--------------------|-----------------------------------|------------------|----------------------------------|------------------|--------------------------------|-------------|
| 06:00 | | Прана Йога (Ксюша) | | Прана Йога (Ксюша) | | Прана Йога (Ксюша) | |
| 10:00 | | Женская Йога (Юля) | | | | | |
| 12:00 | | | | | | Трайбл (Юля) | |
| 14:00 | | | | | | Женская Йога (Юля) | |
| 16:00 | | | | | | Славянская гимнастика (Марина) | |
| 18:00 | | | | | Пилатес (Юля) | | |
| 18:30 | Йога Нидра (Ксюша) | | | Йога-девичник с Ириной Пимоновой | | | |
| 19:00 | | Пробуждение женственности (Света) | Хатха Йога (Оля) | | Хатха Йога (Оля) | | |
| 19:30 | Хат-ха Йога (Оля) | | | | | | |
| 20:00 | | | | Трайбл (Юля) | | | |

