



РАСПИСАНИЕ СТУДИИ ЙОГИ «ШАМБАЛА»

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ НА ПРАКТИКИ ПО ТЕЛЕФОНУ 8 919 964 66 99 (WhatsApp, Viber)

ПОНЕДЕЛЬНИК (10 сентября)

время	название урока	зал	тренер
08.30 – 10.00	Хатха йога. 85 мин	зал йоги	Анастасия Ветхова

ВТОРНИК (11 сентября)

время	название урока	зал	тренер
12:30 - 14:00	Йога в гамаках. 85 мин.	малый зал	Анастасия Ветхова
18:00 – 19:00	Хатха йога. 55 мин. (для членов Les Fitness вход по карте)	большой зал	Анастасия Ветхова
19:00 – 20:00	Перинатальная йога (II – III триместр). 55 мин.	малый зал	Анастасия Ветхова
19:00 – 20:30	КУНДАЛИНИ ЙОГА. 85 мин.	зал йоги	Валерий Родин

СРЕДА (12 сентября)

время	название урока	тренер	тренер
19.00 – 20:30	ОТКРЫТЫЙ УРОК ПО КУНДАЛИНИ ЙОГЕ. 85 мин (Вход свободный для всех!)	малый зал	Валерий Родин

ЧЕТВЕРГ (13 сентября)

время	название урока	тренер	тренер
12:30 - 14:00	Йога в гамаках. 85 мин.	малый зал	Анастасия Ветхова
19:00 – 20:00	Перинатальная йога (II – III триместр). 55 мин.	малый зал	Анастасия Ветхова

ПЯТНИЦА (14 сентября)

время	название урока	тренер	тренер
08:30 – 10:00	Хатха йога. 55 мин.	зал йоги	Анастасия Ветхова

ВОСКРЕСЕНЬЕ (16 сентября)

время	название урока	тренер	тренер
10.30 – 12.00	Йога в воздухе. 85 мин. (для членов Les Fitness вход по карте)	малый зал	Анастасия Ветхова
12.00 – 13.00	Перинатальная йога (II – III триместр). 55 мин.	малый зал	Анастасия Ветхова

Стоимость посещения Студии йоги «ШАМБАЛА»

Абонемент Студии йоги «ШАМБАЛА»

Разовое посещение, руб.	4 тренировок	8 тренировок	12 тренировок
700	2 700	5 000	6 900

*Действие абонементов – 30 дней.

Для владельцев клубной карты «LesFitness»

Разовое посещение, руб.	5 тренировок, руб.	10 тренировок, руб.
600	2750	5000

*Действие абонемента на 5 тренировок – 23 дня. Действие абонемента на 10 тренировок – 45 дней.