

Расписание групповых занятий центра Орион

Зал	Понедельник						Вторник						Среда						
	А	В	С	Д	Новый	Каминный	А	В	С	Д	Новый	Каминный	А	В	С	Д	Новый	Каминный	
Утро								09:00-10:30 Гимнастика "Белояр" Жарикова Елена					8:00-9:30 Хатха-йога Людмила Манойло						
	11:00-12:30 Хатха-йога Роман Заворотняк				11:30-13:00 суставная гимнастика 55+		11:00-12:30 Йога для беременных Косевич Н. <i>(по записи)</i>							11:00-12:30 Хатха-йога Роман Заворотняк					
День																			
											13:00-14:30 Шакти йога Вера Андреева <i>(по записи)</i>								
Вечер	17:00 - 18:45 Другие танцы Лымарь М.А				15:30 - 17:30 Осознанное движение Оксана Мальцева			15:30-17:30 Приём книгсолога Валентина Ляшенко			17:15-18:00 Балетная студия «Лучики» 3-4г Ирина Попова		17:00 - 18:45 Другие танцы Лымарь М.А						
	18:45-20:15 Хатха-йога Роман Заворотняк				17:45 - 19:15 Осознанное движение Оксана Мальцева		19:00-20:30 Здоровая спина Светлана Ростовцева	18:30 - 20:00 Барвицкая Татьяна Шивананда йога	18:00-19:30 Программа "Optimove" Валентина Ляшенко		18:00-19:00 Балетная студия «Лучики» 5-8г Ирина Попова	18:00 - 20:00 Выбираю Ответственно ть Камышан Людмила	18:45-20:15 Хатха-йога Роман Заворотняк	17:30-19:00 Вводный курс йоги Айенгара Косевич Наталья			18:30-21:00 Женский клуб		
		19:00-20:30 Хатха-йога Александр Зеленский <i>(по записи)</i>										19:00-20:30 Гимнастика "Белояр" Эдуард Савицкий			19:00-20:30 Йога Александр Зеленский <i>(по записи)</i>				

Расписание групповых занятий центра Орион

Зал	Четверг				Пятница				Суббота			Воскресенье						
	А	В	С	Д	Новый	Каминный	А	В	С	Д	Новый		Каминный	А	В	Д	Новый	
Утро					8:00-9:30 Хатха-йога Людмила Манойло			09:00-10:30 Гимнастика "Белояр" Жарикова Елена							09:00 - 12:00 Мини Босс	09:00-11:00 Йогический танец Каошкин Вера Андреева (по записи)	8:30-10:30 Прием кинезиолога Валентина Ляшенко	
													10:00-11:30 Йога Айенгара Светлана Ростовцева				11:15-12:00 Балетная студия «Лучики» 3-4г Ирина Попова	11:00-12:30 Программа "Optimove" Валентина Ляшенко (НОВЫЙ ЗАЛ)
День	11:00-12:30 Йога для беременных Косевич Н. (по записи)				11:30-13:00 суставная гимнастика 55+		11:00-12:30 Хатха-йога Роман Заворотняк						12:00-13:30 Вводный курс йоги Айенгара Косевич Наталья	12:00-13:00 Йога для детей Губа Анастасия		12:00-13:00 Балетная студия «Лучики» 5-8г Ирина Попова	12:30-16:00 Прием кинезиолога Валентина Ляшенко	
	13:00-14:30 Шивананда йога Барвицкая Татьяна				13:00-14:30 Шакти йога Вера Андреева (по записи)												14:00-15:30 Шакти йога Вера Андреева (по записи)	
Вечер	17:00 - 18:45 Другие танцы Лымарь М.А		15:30-17:30 Прием кинезиолога Валентина Ляшенко										15:30 - 17:30 Осознанное движение Оксана Мальцева					
			18:00-19: 30Программ а "Optimove" Валентина Ляшенко		18:15-19:00 Балетная студия «Лучики» 5- 8г Ирина Попова		18:45-20:15 Хатха-йога Роман Заворотняк						17:45 - 19:15 Осознанное движение Оксана Мальцева					
	19:00-20:30 Здоровая спина Светлана Ростовцева	18:30 - 20:00 Барвицкая Татьяна Шивананда йога			19:00-20:30 Гимнастика "Белояр" Эдуард Савицкий													