

**по записи** - Занятие проводится от 2х человек  
 \*не действует абонемент и бесплатный флаер  
 \*\*оплата по сердцу  
 \*\*\* **БЕСПЛАТНО**

# Расписание Занятий

с 03.08-09.08



**8 (962) 884 25 24**  
 Сочи: Московская 27, 3 этаж

amritasochi@gmail.com  
 amrita\_sochi  
 amrita-space.ru

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
09:00-11:00 <b>Стояние и лежание на гвоздях</b> <i>Алексей Френкель (Шамбху)</i> <u>по записи</u>	08:30-10:00 <b>Хатха-йога (йога-терапия)</b> <i>Ольга Ж</i>	08:30-10:30 <b>Кундалини йога с ГОНГОМ</b> <i>Юлия</i>	08:30-10:00 <b>Хатха-йога (йога-терапия)</b> <i>Ольга Ж</i>	08:30-10:30 <b>Кундалини йога с ГОНГОМ</b> <i>Юлия</i>	09:00-11:30 <b>Класс мантр (кундалини+мантры+ ГОНГ)</b> <i>Юлия</i>	
				10:45-12:45 <b>Медитативные практики для беременных</b> <i>Юлия</i>		11.00-13.00 <b>"Цигун-терапия"</b> <i>Виктор Ч</i>
					13:15-14:15 <b>Звуковая медитация с тибетскими чашами</b> <i>Марина М</i> <u>по записи**</u>	
18:00-19:00 <b>Звуковая медитация с тибетскими чашами</b> <i>Марина М</i> <u>по записи**</u>						
19:15-20:45 <b>Хатха-йога "Здоровый позвоночник" (Ваджра)</b> <i>Наталья</i>	20:00-21:15 <b>Кундалини йога Мощная Energy практика</b> <i>Дмитрий М</i>	19:00-21:00 <b>Стояние и лежание на гвоздях</b> <i>Алексей Френкель (Шамбху)</i> <u>по записи</u>	20:00-22:00 <b>Дыхание трансформации НИРХАРАНА</b> <i>Сергей</i> <u>по записи</u>	20:00-21:15 <b>Кундалини йога Мощная Energy практика</b> <i>Дмитрий М</i>	19:30-21:30 <b>Дыхание трансформации НИРХАРАНА</b> <i>Сергей</i> <u>по записи</u>	