**Расписание мероприятий празднования Международного дня Йоги**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата и время | Место проведения | Номер для записи | Стоимость  | Противопоказания  |
| 15.06.24, 10.00-11.10 | г. Елизово, открытая площадка Фока "Радужный" (при плохой погоде в зале Фока "Радужный"), гормональная йога | +7-914-622-43-42Ряднова Ирина  | Бесплатно | Беременность  |
| 15.06.24 ,11.00 | Студия "Essence", Парная йога | +7-924-890-11-63Сонина С. и Островский А. | 1500 – пара 1000 – с человека |  |
| 17.06.24, 11.00 | Студия "Essence", ЙОГАТЕРАПИЯ опорно-двигательного аппарата | +7-924-695-44-99Папушой Е. | Бесплатно  |  |
| 17.06.24, 18.30 - 20.00 | Центр боевых искусств "Камчатский Будокан", бульвар Пийпа, 5А, практику хатха- йоги (группа "Здоровая спина"), | +7-902-464-36-09Лавриненко М.  | Бесплатно  | Беременность  |
| 18.06.24, 18.30 | г. Елизово зал ТЦ "Сириус", йоготерапия женских состояний  | +7-914-622-43-42Ряднова Ирина | Бесплатно  | Беременность  |
| 18.06.24, 19.00 | Практика хатха-йога для начинающих, Место ул.Карла Маркса д.35 -1 этаж, вход через лакриму. Фитнес зал. | +7-962-290-01-91Петухова Ольга  | Бесплатно  | Беременность  |
| 19.06.24, 19.00 – 20.00 | Хатха-йога, г. Вилючинск, ул. Мира 19. | +7-962-291-34-29Гриц Анна  | Бесплатно  |  |
| 19.06.24, 18.30 – 20.00 | Практику хатха- йоги (группа "Здоровая спина"), Центр боевых искусств "Камчатский Будокан", бульвар Пийпа, 5А | +7-902-464-36-09Лавриненко М.  | Бесплатно  | Беременность  |
| 20.06.24, 18.30 | г. Елизово зал ТЦ "Сириус", йоготерапия женских состояний  | +7-914-622-43-42Ряднова Ирина  | Бесплатно  | Беременность  |
| 20.06.24, 19.00 | Практика хатха-йога для начинающих, Место ул.Карла Маркса д.35 -1 этаж, вход через лакриму. Фитнес зал. | +7-962-290-01-91Петухова Ольга  | Бесплатно  | Беременность  |
| 20.06.24, 18.50 | Практику МЕДИТАЦИИ, Место - Ленинградская 13, 5 этаж, физкульт-студия ЮЛА | +7-961-965-23-23Стрельникова Виктория  | Бесплатно  |  |
| 21.06.24, 19.00 – 20.00 | Хатха-йога, г. Вилючинск, открытая футбольная площадка СШ.9 (при плохой погоде в зале, ул. Мира 19). | +7-962-291-34-29Гриц Анна  | Бесплатно  |  |
| 21.06.24, 11.00 | Студия "Essence"ЙОГАТЕРАПИЯ опорно-двигательного аппарата | +7-924-695-44-99 | Бесплатно  |  |
| 21.06.24, 14.00 | СП Спартак, йога от школы "Ганеша" |  | Бесплатно |  |
| 21.06.24, 17.00 | Студия "Essence, детская йога (4-8 лет) | +7-924-695-44-99 | Бесплатно  |  |
| 21.06.2024, 18:30-22:00 | Центр боевых искусств «Камчатский будокан», бульвар Пийпа 5А.Тайский массаж. Практика в парах. | +7(902)464-3609Константин Горянов | Стоимость 500р/челОграничений нет |  |
| 22.06.24, 11.00 | г. Елизово открытая площадка стадион "Строитель", йоготерапия женских состояний  | +7-914-622-43-42Ряднова Ирина  | Бесплатно  |  |
| 22.06.24, 12.00 | СП Спартак, йога нон-стоп | +7-914-622-43-42Стрельникова ВикторияКапралова ЮлияМальцева Ирина  | Участие без ограничений.Бесплатно  |  |
| 22.06.24, 13.30 -15.00 | СП Спартак, йога для всех от физкульт-студии ЮЛА | +7-914-622-43-42Стрельникова ВикторияКапралова ЮлияМальцева Ирина | Участие без ограничений.Бесплатно |  |