

לוח פעילות

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
	7:00-8:15 טאי צ'י יורה				
08:30-10:00 ויניאסה דינאמית 3 רוקסן	08:30-11:30 קורס ויג'ננה 3 גיוואן	08:30-10:00 ויניאסה 1,2 יהודית	08:30-10:00 ויניאסה דינמית 2 רוקסן	08:30-10:00 ויניאסה 1,2 יהודית	8:15-10:00 ויניאסה דינמית 3 עידו נווה
10:15-11:45 ויניאסה עדינה 1 רוקסן	08:30-10:00 ויניאסה עדינה רוקסן (מכמורת)	10:15-11:45 ויניאסה עדינה 1 רוקסן			10:15-12:00 ויניאסה 1,2 שחר
15:30-19:30 בלט לילדות נאווה	15:30-19:15 בלט לילדות נאווה	16:30-17:30 יוגה לילדים אביגיל	17:15-18:00 יוגה לקטנטנים אורית	18:30-19:30 מדיטציה שי	שבת שלום!
		18:00-19:15 אשטנגה 1,2 אביגיל			
20:00-21:30 ויג'ננה 2 גיוואן	19:30-21:00 ויניאסה דינאמית 3 רוקסן	19:30-21:00 ויג'ננה יוגה גיוואן	19:30-21:00 שיבננדה 1 נעה	19:30-21:00 ויניאסה דינאמית 3 רוקסן	מוצ"ש- 19:00-21:00 Yoga 4 de people
		21:15-22:30 טאי צ'י יורה			

1 תרגול עדין, בסיס, מתחילים
2 תרגול בינוני
3 תרגול מעמיק

* המערכת נתונה לשינויים