سالن دایره (۱)

	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه
۸ الی ۹:۳۰	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا آیینگر	تای چی	یوگا آیینگر	تای چی	یوگا /تئوری
۹:۳۰ الی ۱۱	یوگا ساتیاناندا	یوگا ساتیاناندا	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا ساتیاناندا	یوگا ساتیاناندا	یوگا کودکان
۱۱ الی ۱۲:۳۰	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا هاتا وینیاسا	یوگا وینیاسا فلو	یوگا هاتا وینیاسا	یوگا وینیاسا فلو	یوگا /تئوری
۱۲:۳۰الی ۱۴	یوگا شیواناندا	یوگا تلفیقی	یوگا شیواناندا	یوگا تلفیقی	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /تئوری
۱۴ الی ۱۵:۳۰	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا آقایان
۱۵:۳۰ الی ۱۷	یوگا سطوح مربیگری	یوگا تلفیقی	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا تلفیقی	یوگا ویل	
۱۷ الی ۱۸:۳۰	ایروبیک	یوگا تلفیقی	ایروبیک	یوگا تلفیقی	یوگا صورت	
۱۸:۳۰ الی ۲۰	ایروبیک	تای چی	ایروبیک	تای چی	تکنیکهای تنفسی	
۲۰ الی ۲۱:۳۰	یوگا شیواناندا	تای چی	یوگا آقایان	تای چی	یوگا آقایان	

سالن ۲

	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه
۸ الی ۹:۳۰	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا سیکلیک	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا سیکلیک	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /تئوری
۹:۳۰ الی ۱۱	پیلاتس	یوگا آیینگر	پیلاتس	یوگا آیینگر	پیلاتس	یوگا /تئوری
۱۱ الی ۱۲:۳۰	یوگا ساتیاناندا	یوگا وینیاسافلو	یوگا ترمیک	یوگا وینیاسافلو	یوگا ساتیاناندا	یوگا /تئوری
۱۲:۳۰الی ۱۴	تی ار ایکس	یوگا /سطوح مربیگری	تی ار ایکس	یوگا /سطوح مربیگری	تی ار ایکس	یوگا /تئوری
۱۴ الی ۱۵:۳۰	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	یوگا /سطوح مربیگری	
۱۵:۳۰ الی ۱۷	اریال–سوئینگ	پیلاتس	اریال–سوئینگ	پیلاتس	یوگا /سطوح مربیگری	
۱۷ الی ۱۸:۳۰	یوگا ساتیاناندا	باراسل	یوگا ساتیاناندا	باراسل	یوگا /سطوح مربیگری	
۱۸:۳۰ الی ۲۰	اریال–سوئینگ	یوگا تلفیقی	یوگا آشتانگا	یوگا تلفیقی	یوگا آشتانگا	
۲۰ الی ۲۱:۳۰	یوگا آقایان	یوگا آقایان	یوگا آقایان	یوگا آقایان	یوگا آقایان	