

## РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ

	Понедельн	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресень
<b>8:45</b>	X	X	X	X	X	Плавание 7-10 лет первый год Евгения	X
<b>9:30</b>	X	X	X	X	X	Плавание 7-10 лет второй год Евгения	X
<b>11:10</b>	X	X	X	X	X	Плавание 3-4 года Евгения	X
<b>11:40</b>	X	X	X	X	X	Плавание 5-6 лет Евгения	X
<b>12:00</b>	X	X	X	X	X	Аэробика 7-13 лет Наталья Зал №2	X
<b>15:30</b>	Плавание 7-10 лет первый год Евгения	X	Плавание 7-10 лет первый год Евгения	X	X	X	X
<b>16:00</b>	Каратэ 8-12 лет Владимир Зал №2	Оздоровительная йога 7 лет и старше Лариса Зал №1	Каратэ 8-12 лет Владимир Зал №2	X	Каратэ 8-12 лет Владимир Зал №2	X	X
	Здоровая спина+стопа 7-13 лет Сальма Зал №1		Здоровая спина+стопа 7-13 лет Сальма Зал №1	X	Оздоровительная йога 7 лет и старше Лариса Зал №1	X	X
<b>16:15</b>	Плавание 7-10 лет второй год Евгения	X	Плавание 7-10 лет второй год Евгения	X	X	X	X
<b>16:45</b>	X	Плавание 7-10 лет первый год Денис	X	Плавание 7-10 лет первый год Денис	Плавание 7-10 лет первый год Денис	X	X
<b>17:00</b>	Синхронное плавание младшая группа Евгения	ОФП с элементами единоборств 7 лет и старше Евгений Зал №2	Синхронное плавание младшая группа Евгения	ОФП с элементами единоборств 7 лет и старше Евгений Зал №2	Каратэ 3-7 лет Владимир Зал №2	X	X
	Каратэ 3-7 лет Владимир Зал №2		Каратэ 3-7 лет Владимир Зал №2			X	X
	Эстрадные танцы 7-13 лет Сальма Зал №1		Эстрадные танцы 7-13 лет Сальма Зал №1			X	X
<b>17:30</b>	X	Плавание 7-10 лет второй год Денис	X	Плавание 7-10 лет второй год Денис	Плавание 7-10 лет второй год Денис	X	X
<b>17:45</b>	Синхронное плавание старшая группа Евгения	X	Синхронное плавание старшая группа Евгения	X	X	X	X
<b>18:00</b>	Каратэ 13-15 лет Владимир	X	Каратэ 13-15 лет Владимир	Аэробика 7-13 лет Наталья Зал №2	Каратэ 13-15 лет Владимир	X	X
<b>18:15</b>	X	Плавание 3-4 года Денис	X	Плавание 3-4 года Денис	Плавание 3-4 года Денис	X	X
<b>18:30</b>	Плавание 3-4 года Евгения	X	Плавание 3-4 года Евгения	X	X	X	X
<b>18:45</b>	X	Плавание 5-6 лет Денис	X	Плавание 5-6 лет Денис	Плавание 5-6 лет Денис	X	X
<b>19:00</b>	Плавание 5-6 лет Евгения	X	Плавание 5-6 лет Евгения	X	X	X	X
<b>19:15</b>	X	Плавание 11-16 лет Денис	X	Плавание 11-16 лет Денис	Плавание 11-16 лет Денис	X	X
<b>19:30</b>	Плавание 11-15 лет Евгения	X	X	X	X	X	X

## РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресень
<b>8:00</b>	<b>Здоровая спина</b> Марина Зал№1	X	X	<b>Здоровая спина</b> Марина Зал№1	X	X	X
<b>8:10</b>	X	X	X	X	X	X	<b>Йога</b> Валентина Зал №1
<b>8:50</b>	X	<b>Изотон</b> Екатерина Зал №1	<b>Суставная гимнастика</b> Сальма Зал №1	X	<b>Суставная гимнастика</b> Сальма Зал №1	<b>Изотон</b> Екатерина Зал №1	X
<b>9:10</b>	<b>Йога</b> Лариса Зал №1	X	X	X	X	X	X
<b>9:15</b>	<b>Аквааэробика</b> Марина	X	X	<b>Аквааэробика</b> Марина	X	X	X
<b>10:00</b>	X	<b>Силовая аэробика</b> Надежда Зал№1	<b>Пилатес</b> Настя Зал№1	<b>Силовая аэробика</b> Надежда Зал№1	<b>Интервальная аэробика</b> Елена Зал№1	<b>Пилатес</b> Настя Зал№1 <b>Тайский бокс</b> Дементий Зал №2	<b>TSB</b> Надежда Зал№1
<b>10:15</b>	X	<b>Аквааэробика</b> Юля	<b>Аквааэробика</b> Сальма	X	<b>Аквааэробика</b> Сальма	<b>Аквааэробика</b> Евгения	X
<b>10:45</b>	X	X	X	X	X	X	<b>Аквааэробика</b> Марина
<b>11:00</b>	<b>Интервальная аэробика</b> Елена Зал№1	X	X	X	X	<b>Силовая аэробика</b> Настя Зал№1	<b>Здоровая спина</b> Марина Зал№1
<b>11:15</b>	X	<b>Карибские танцы</b> Надежда Зал №1	<b>Силовая аэробика</b> Настя Зал№1	X	X	X	X
<b>11:30</b>	X	X	<b>Йога</b> Наталья Зал №2	X	<b>Йога</b> Наталья Зал №2	X	X
<b>12:00</b>	<b>Стретчинг</b> Елена Зал№1	X	X	X	X	<b>Стретчинг</b> Настя Зал№1	<b>Карибские танцы</b> Надежда Зал №1
<b>12:30</b>	X	<b>Стретчинг</b> Лариса Зал№1	X	<b>Йога</b> Валентина Зал №1	X	X	X
<b>13:00</b>	X	X	<b>Восточные танцы</b> Наталья Зал №1	X	X	<b>Восточные танцы</b> Наталья Зал №1	X
<b>18:00</b>	<b>Здоровая спина</b> Сальма Зал№1	<b>Пилатес</b> Настя Зал№1 <b>Восточные танцы</b> Наталья Зал №2	<b>Фит бол</b> Сергей Зал№1	<b>Степ</b> Елена Зал№1	<b>Пилатес</b> Настя Зал№1	X	X
<b>19:00</b>	<b>Фит бол</b> Настя Зал№1 <b>Каратэ растяжка</b> Владимир Зал №2	<b>Изотон</b> Екатерина Зал №2 <b>Функциональный тренинг</b> Настя Зал №1	<b>Силовая аэробика</b> Сергей Зал№1 <b>Каратэ растяжка</b> Владимир Зал №2	<b>Карибские танцы</b> Надежда Зал №1 <b>Тайский бокс</b> Дементий Зал №2	<b>Здоровая спина</b> Марина Зал№1 <b>Каратэ растяжка</b> Владимир Зал №2	X	X
<b>20:00</b>	<b>Интервальная аэробика</b> Настя Зал№1 <b>Каратэ</b> Владимир Зал №2	<b>Тайский бокс</b> Дементий Зал №2 <b>Зумба</b> Елена Зал №1	<b>Степ</b> Настя Зал№1 <b>Каратэ</b> Владимир Зал №2	<b>Силовая аэробика</b> Елена Зал№1	<b>TSB</b> Надежда Зал№1 <b>Каратэ</b> Владимир Зал №2	X	X
<b>20:15</b>	<b>Аквааэробика</b> Александра	<b>Аквааэробика</b> Александра	<b>Аквааэробика</b> Марина	<b>Аквааэробика</b> Юля	<b>Аквааэробика</b> Марина	X	X
<b>20:45</b>	X	X	X	<b>Изотон</b> Екатерина Зал №2	X	X	X
<b>21:00</b>	X	<b>Стретчинг</b> Наталья Зал№1	<b>Здоровая спина</b> Марина Зал№1	<b>Йога</b> Юлия Зал №1	<b>Стретчинг</b> Наталья Зал№1	X	X