Москва, Зеленоград, корп. 860
+7 (499) 444 14 78, доб. 5530

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

БАССЕЙН - 16 МЕТРОВ, 3 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Болденко Н.М.

Не умеющие плавать

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	5-6 лет	X	X	X	X	X	10:45-11:30	10:45-11:30
2	6-7 лет	X	15:15-16:00	X	15:15-16:00	X	11:30-12:15	11:30-12:15
3	7-8 лет	X	16:00-16:45	X	16:00-16:45	X	12:15-13:00	12:15-13:00
4	8-10 лет	X	16:45-17.30	X	16:45-17.30	X	X	X
5	10-14 лет	X	17.30-18.15	X	17.30-18.15	X	X	X

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС МАЛИНО

Москва, Зеленоград, корп. 860
+7 (499) 444 14 78, доб. 5530

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 16 МЕТРОВ, 3 ДОРОЖКИ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7.00-7.45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
7.45-8.30	X	X	Свободное плавание	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
8.30-9.15	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
9.15-10.00	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X
10.00-10.45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X
10.45-11.30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X
11.30-12.15	X	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	X
12.15-13.00	Технический перерыв	Технический перерыв	Технический перерыв	Технический перерыв	Технический перерыв	X	X
13.00-13.45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Технический перерыв	Технический перерыв
13.45-14.30	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X	Свободное плавание
14.30-15.15	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание
15.15-16.00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
16.00-16.45	X	X	X	X	X	X	X
16.45-17.30	X	X	X	X	X	X	X
17.30-18.15	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
18.15-19.00	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
19.00-19.45	X	X	Свободное плавание	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
19.45-20.30	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
20.30-21.15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
21.15-22.00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
22.00-22.45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС МАЛИНО

Москва, Зеленоград, корп. 860
+7 (499) 444 14 78, доб. 5530

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

ЙОГА

Инструктор по спорту Егоров Д.В

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	16 лет и старше	11:30-12:30	11:30-12:30	x	11:30-12:30	x	X	X

АЙКИДО

Инструктор по спорту Картавцева Н.И.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	6-8 лет	x	16:00-17:00	x	16:00-17:00	x	x	12:00-13:00
2	8-12 лет	x	18:00-19:00	x	18:00-19:00	x	12:00-13:00	x
3	6-12 лет	x	X	x	X	x	10:00-11:00	10:00-11:00

ОФП С ЭЛЕМЕНТАМИ ХОРЕОГРАФИИ

Инструктор по спорту Картавцева Н.И.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	18 лет и старше	x	x	x	x	x	x	20:00 - 21:00

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия, продолжительность 60 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
14 лет и старше	7:00 - 23:00						