МАРФИНО СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Москва, Марфинская Б., ул., дом 1
+7 (499) 444 14 78, доб. 6500

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 5 ДОРОЖЕК

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:30 - 08:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
08:15 - 09:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
09:00 - 09:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
09:45 - 10:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
10:30 - 11:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
11:15 - 12:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
12:00 - 12:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X
12:45 - 13:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
13:30 - 14:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
14:15 - 15:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
15:00 - 15:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание
15:45 - 16:30	Свободное плавание	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
16:30 - 17:15	X	X	X	X	X	Свободное плавание	X
17:15 - 18:00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
18:00 - 18:45	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
18:45 - 19:30	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
19:30 - 20:15	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
20:15 - 21:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
21:00 - 21:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
21:45 - 22:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание

АКВААЭРОБИКА

Инструктор по спорту Остапчук О.В.

Группа №	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
16 лет и старше	20:15-21:00	X	20:15-21:00	X	X	X	X

Инструктор по спорту Ермакова М.В.

Группа №	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
16 лет и старше	X	X	X	X	X	09:00-09:45	X
18 лет и старше	X	21:00-21:45	X	21:00-21:45	X	X	X

МАРФИНО СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Москва, Марфинская Б., ул., дом 1
+7 (499) 444 14 78, доб. 6500

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 5 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Малешин К.К.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет	X	17:15-18:00	X	17:15-18:00	X	12:00-12:45	X
2	18 и старше	X	20:15-21:00	X	20:15-21:00	X	18:45-19:30	X

Спортивная группа

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	10-13 лет	X	18:45-19:30	18:45-19:30	18:45-19:30	18:45-19:30	14:15-15:00 15:00-15:45	X
2	14-17 лет	X	19:30-20:15	19:30-20:15	19:30-20:15	19:30-20:15	17:15-18:00 18:00-18:45	X

Инструктор по спорту Булаткина С.Г.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет МИНИ	X	15:45-16:30	X	X	15:45-16:30	X	10:30-11:15

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет	X	17:15-18:00	X	X	17:15-18:00	X	12:00-12:45

Спортивная группа

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	11-13 лет	X	18:45-19:30	X	X	18:45-19:30	X	13:30-14:15
2	14-17 лет	X	19:30-20:15	X	X	19:30-20:15	X	14:15-15:00

Инструктор по спорту Дулевич С.Н.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет МИНИ	X	X	X	X	X	12:45-13:00	X
2	9-11 лет МИНИ	18:00-18:45	X	X	X	X	X	X

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет	17:15-18:00	X	X	17:15-18:00	X	12:00-12:45	X
2	11-14 лет	18:45-19:30	X	X	18:45-19:30	X	13:30-14:45	X

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
3	14-17 лет МИНИ	19:30-20:15	X	X	19:30-20:15	X	X	X

Инструктор по спорту Гаврилова Е.С.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет	18:00-18:45	X	18:00-18:45	X	X	X	X
2	10-13 лет	18:45-19:30	X	18:45-19:30	X	X	X	X
3	14-17 лет	19:30-20:15	X	19:30-20:15	X	X	X	X
4	18 и старше МИНИ	X	X	20:15-21:00	X	X	X	X

МАРФИНО СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Москва, Марфинская Б., ул., дом 1
+7 (499) 444 14 78, доб. 6500

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 5 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Ермакова М.В.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет МИНИ	X	X	X	X	X	09:45-10:30	X
2	14-17 лет МИНИ	X	X	X	X	X	12:45-13:00	X
3	18 и старше МИНИ	X	X	X	X	X	8:15-09:00	X

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет МИНИ	X	15:45-16:30	X	15:45-16:30	X	X	X
2	9-12 лет МИНИ	X	16:30-17:15	X	16:30-17:15	X	X	X
3	7-10 лет	X	17:15-18:00	X	17:15-18:00	X	10:30-11:15	X
4	9-12 лет	X	18:00-18:45	X	18:00-18:45	X	X	X
5	11-14 лет	X	X	X	X	X	11:15-12:00	X

Спортивная группа

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	13-16 лет	X	19:30-20:15	X	19:30-20:15	X	X	X

Инструктор по спорту Космынина Л.И.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет МИНИ	X	X	X	X	X	X	15:45-16:30

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет	X	16:30-17:15	X	16:30-17:15	X	X	15:00-15:45
2	11-14 лет	X	18:00-18:45	X	18:00-18:45	X	X	16:30-17:15

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	10-13 лет МИНИ	X	X	X	X	X	X	11:15-12:00
2	14-17 лет	X	18:45-19:30	X	18:45-19:30	X	X	17:15-18:00
3	8-11 лет МИНИ	X	X	X	X	X	X	18:00-18:45
4	18 и старше МИНИ	X	X	X	X	X	X	19:30-20:15

МАРФИНО СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Москва, Марфинская Б., ул., дом 1
+7 (499) 444 14 78, доб. 6500

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 5 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Остапчук О.В.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-10 лет мини	15:45-16:30	X	15:45-16:30	X	X	X	X
2	7-10 лет	16:30-17:15	X	16:30-17:15	X	X	X	X

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
2	10-13 лет	18:00-18:45	X	18:00-18:45	X	X	X	X
3	13-16 лет	19:30-20:15	X	19:30-20:15	X	X	X	X

Инструктор по спорту Дудка (Акишкина) Н.С.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-9 лет мини	X	X	18:45-19:30	X	18:45-19:30	X	X
2	8-11 лет мини	X	X	X	X	X	X	12:45-13:30

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-9 лет МИНИ	X	X	15:45-16:30	X	15:45-16:30	X	X
2	7-9 лет	X	X	X	X	X	X	12:00-12:45
3	8-11 лет	X	X	17:15-18:00	X	16:30-17:15	X	X
4	10-12 лет МИНИ	X	X	X	X	X	X	09:45-10:30
5	10-13 лет	X	X	X	X	X	X	13:30-14:15
6	12-15 лет	X	X	18:00-18:45	X	18:00-18:45	X	X
7	18 и старше МИНИ	X	X	X	X	X	X	8:15-09:00
8	18 и старше МИНИ	X	X	X	X	X	X	09:00-09:45

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	9-12 лет МИНИ	X	X	X	X	19:30-20:15	X	X
2	14-17 лет	X	X	X	X	X	X	14:15-15:00

МАРФИНО СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Москва, Марфинская Б., ул., дом 1
+7 (499) 444 14 78, доб. 6500

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Инструктор по спорту Сидоров В.А. (С 11.11.2026)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	14-17 лет МИНИ	18:00-19:00	X	18:00-19:00	X	X	X	X
2	14-17 лет МИНИ	19:00-20:00	X	19:00-20:00	X	X	19:00-20:00	X

Ведется набор в группу

Инструктор по спорту Волкова М.А. (С 16.11.2026)

Здоровая спина

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

ЗАЛ ХОРЕОГРАФИИ/ОФП

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Инструктор по спорту Малешин К.К.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	10-13 лет	X	X	X	X	X	13:00-14:00	X
2	14-17 лет	X	X	X	X	X	16:00-17:00	X

Ведется набор в группу

Инструктор по спорту Волкова М.А. (С 19.11.2026г.)

Здоровая спина

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
3	18 лет и старше	X	X	X	20:15-21:15	X	X	X

Ведется набор в группы

Инструктор по спорту Волкова М.А. (С 24.11.2026г.)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	9-12 лет	X	18:15-19:15	X	18:15-19:15	X	X	X
2	13-16 лет	X	19:15-20:15	X	19:15-20:15	X	X	X

САМБО

Ведется набор в группы

Инструктор по спорту Шышков Н.Ю. (С 23.11.2026)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	8-11 лет	15:30-17:00	X	15:30-17:00	X	15:30-17:00	X	X
2	5-8 лет	17:15-18:15	X	17:15-18:15	X	17:15-18:15	X	X
3	12-15 лет	18:30-20:00	X	18:30-20:00	X	18:30-20:00	X	X
4	18 лет и старше	20:15-21:45	X	20:15-21:45	X	20:15-21:45	X	X