СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС АКАДЕМИЧЕСКИЙ

Москва, Большая Академическая ул., д.77А, стр.3
+7 (499) 444 14 78, доб. 5000

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, СЕАНС 45 МИНУТ

Сеансы высокой загрузки

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:00 - 7:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
7:45 - 8:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
8:30 - 9:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
9:15 - 10:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
10:00 - 10:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
10:45 - 11:30	X	X	X	X	X	X	Свободное плавание
11:30 - 12:15	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
12:15 - 13:00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	X
13:00 - 14:00	Технический перерыв						
14:00 - 14:45	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
14:45 - 15:30	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
15:30 - 16:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
16:15 - 17:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
17:00 - 17:45	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X
17:45 - 18:30	X	X	X	X	X	Свободное плавание	X
18:30 - 19:15	X	X	X	X	X	Свободное плавание	X
19:15 - 20:00	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	X
20:00 - 20:45	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
20:45 - 21:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
21:30 - 22:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X

Санитарный день: последний понедельник месяца с 08:30 до 11:30

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС АКАДЕМИЧЕСКИЙ

Москва, Большая Академическая ул., д.77А, стр.3
+7 (499) 444 14 78, доб. 5000

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 6 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Корнева Н.А.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-9 лет**	X	X	X	X	X	10:45 - 11:30	X
2	**10-12 лет**	X	X	X	X	X	12:15 - 13:00	X
3	**13-15 лет**	X	X	X	X	X	14:00 - 14:45	X
4	**7-9 лет**	X	15:30 - 16:15	X	15:30 - 16:15	X	X	X
5	**10-12 лет**	X	17:00 - 17:45	X	17:00 - 17:45	X	X	X
6	**10-12 лет**	X	X	17:45 - 18:30	X	X	X	X
7	**13-15 лет**	X	18:30 - 19:15	X	18:30 - 19:15	X	X	X
8	**7-9 лет**	X	X	19:15 - 20:00	X	X	X	X
9	**16-17 лет**	X	20:00 - 20:45	X	20:00 - 20:45	X	X	X
10	**с 18 лет**	X	20:45 - 21:30	X	20:45 - 21:30	X	X	X

Инструктор по спорту Голованова И.С.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-9 лет**	16:15 - 17:00	X	X	16:15 - 17:00	X	X	X
2	**8-10 лет**	17:45 - 18:30	X	X	17:45 - 18:30	X	X	X
3	**11-13 лет**	19:15 - 20:00	X	X	19:15 - 20:00	X	X	X

Инструктор по спорту Чернышин А.А.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-9 лет**	X	X	15:30 - 16:15	X	X	15:30 - 16:15	X
2	**10-12 лет**	X	X	17:00 - 17:45	X	X	17:00 - 17:45	X
3	**13-15 лет**	X	X	18:30 - 19:15	X	X	18:30 - 19:15	X

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС АКАДЕМИЧЕСКИЙ

Москва, Большая Академическая ул., д.77А, стр.3
+7 (499) 444 14 78, доб. 5000

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 6 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Софичева Н.В.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-9 лет**	X	16:15 - 17:00	X	X	16:15 - 17:00	X	X

Любой навык

2	**11-14 лет**	X	17:45 - 18:30	X	X	17:45 - 18:30	X	X

Освоение стилей плавания

3	**8-10 лет**	X	19:15 - 20:00	X	X	19:15 - 20:00	X	X

Инструктор по спорту Якубов И.Х.

Любой навык

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-9 лет**	15:30 - 16:15	X	X	X	15:30 - 16:15	X	X
2	**10-12 лет**	17:00 - 17:45	X	X	X	17:00 - 17:45	X	X
3	**13-15 лет**	18:30 - 19:15	X	X	X	18:30 - 19:15	X	X

АКВААЭРОБИКА

Инструктор по спорту Корнева Н.А.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**16 лет и старше**	X	X	20:45 - 21:30	X	X	X	X

Инструктор по спорту Голованова И.С.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**16 лет и старше**	20:45 - 21:30	X	X	20:45 - 21:30	X	X	X