СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС МАРЬИНА РОЩА

Москва, 3-я Марьиной Рощи ул., д.8
+7 (499) 444 14 78, доб. 5140

# РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

## ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

### Инструктор по спорту Черных В.Д.

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | **14 - 16 лет** | 16:00 - 17:00 | X | X | 16:00 - 17:00 | X | X | X |
| 2 | **от 18 лет** | 17:00 - 18:00 | X | X | 17:00 - 18:00 | X | X | X |
| 3 | **от 18 лет** | 10:00 - 11:00 | X | 10:00 - 11:00 | X | X | X | X |

## ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

### Самостоятельные занятия

| | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **с 14 лет и старше** | 09:00 - 16:00 | 09:00-22:00 | 09:00-11:00 | 09:00-22:00 | 09:00-12:00 | 09:00-22:00 | |
| | | | 12:00-16:00 | | 13:00-17:00 | | |
| | 19:00 - 22:00 | | 19:00 - 22:00 | | 20:00 - 22:00 | | |