СЕВЕРНЫЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ

Москва, Арсюкова ул., д. 11
+7 (499) 444 14 78, доб. 5260

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 50 МЕТРОВ, СЕАНС 45 МИНУТ

	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	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
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	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
11:30 - 12:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
12:15 - 13:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
13:00 - 13:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
13:45 - 14:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
14:30 - 15:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание
15:15 - 16:00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
16:15 - 17:00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
17:00 - 17:45	X	X	X	X	X	X	Свободное плавание
17:45 - 18:30	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
18:30 - 19:15	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
19:15 - 20:00	X	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
20:00 - 20:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
20:45 - 21:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
21:30 - 22:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
22:15 - 23:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание

Санитарные дни: 07 сентября, 05 октября, 02 ноября, 07 декаря с 9:00 до 13:00

СЕВЕРНЫЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ

Москва, Арсюкова ул., д. 11
+7 (499) 444 14 78, доб. 5260

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 50 МЕТРОВ

Инструктор по спорту Бочков Я.А.

Освоение стилей плавания

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

Инструктор по спорту Поташников И.А.

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-10 лет**	17:45 - 18:30	X	X	17:45 - 18:30	X	X	X
2	**9-12 лет**	X	18:30 - 19:15	X	19:15 - 20:00	X	X	X

Инструктор по спорту Пупков С.М.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-10 лет**	X	X	X	X	X	14:00- 14:45	14:00- 14:45

Инструктор по спорту Пупков С.М.

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-10 лет**	X	X	X	X	18:00 - 18:45	17:00 - 17:45	17:00 - 17:45
2	**Взрослые**	X	X	X	X	21:00 - 21:45	19:00 - 19:45	18:00 - 18:45
3	**Аквааэробика**	X	X	X	X	20:00 - 20:45	11:30- 12:15	11:30- 12:15

Инструктор по спорту Марьина А.Е.

Любой навык

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

СЕВЕРНЫЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ

Москва, Арсюкова ул., д. 11
+7 (499) 444 14 78, доб. 5260

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 50 МЕТРОВ

Инструктор по спорту Алексеева Т.Р.

Освоение стилей плавания

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

Инструктор по спорту Павлушин О.В.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-10 лет**	X	X	16:15 - 17:00	X	X	11:30- 12:15	X

Инструктор по спорту Римский С.С.

Освоение базовых навыков плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**9-12 лет**	X	X	X	X	X	13:00 - 13:45	13:00 - 13:45
2	**9-12 лет**	X	X	X	X	X	12:15- 13:00	12:15- 13:00

ПОДВОДНОЕ ПЛАВАНИЕ

Инструктор по спорту Сомов К.А.

Любой навык

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

СЕВЕРНЫЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ

Москва, Арсюкова ул., д. 11
+7 (499) 444 14 78, доб. 5260

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

ДЛЯ ДЕТЕЙ

ОФП плавание

Инструктор по спорту Бочков Я.А.

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

Инструктор по спорту Пупков С.М.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**7-10 лет**	X	X	X	X	18:00 - 19:00	13:00- 14:00	13:00- 14:00

БАСКЕТБОЛ

Инструктор по спорту Сабитов Руслан

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**6-8 лет**	X	X	X	X	X	15:00 - 16:00	X
2	**9-12 лет**	X	18:00 - 20:00	X	18:00 - 20:00	X	16:00 - 17:00	X

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

ФИТНЕС

Инструктор по спорту Сабитов Руслан

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	16+	X	X	X	X	X	X	10:15- 11:15

СЕВЕРНЫЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ

Москва, Арсюкова ул., д. 11
+7 (499) 444 14 78, доб. 5260

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия, продолжительность 90 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
14 лет и старше	7:00 - 23:00					7:00 - 8:45 12:00 - 23:00	7:00 - 23:00

УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия, продолжительность 60 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7 лет и старше	7:00 - 15:00 20:00 - 23:00					7:00 - 8:30 13:00- 23:00	7:00 - 23:00

ЗАЛ СУХОГО ПЛАВАНИЯ

Самостоятельные занятия, продолжительность 90 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7 лет и старше	7:00 - 9:45	7:00 - 8:00	7:00 - 8:00	7:00 - 8:00	7:00 - 10:45	7:00 - 8:30	7:00 - 9:00
	13:00 - 16:30	9:00 - 10:00 13:30 - 17:00	9:00 - 11:45 13:00 - 16:30	9:00 - 11:45 13:00 - 16:30	12:30 - 16:30	14:00 - 15:00	11:15-23:00
	20:00 -23:00	20:00 -23:00	20:00 -23:00	20:00 -23:00	20:00 -23:00	17:00 -23:00	

*Дети до 14 лет могут получить услугу только в сопровождении родителей или с законным представителем/сопровождающим;
Дети с 14 до 18 лет допускаются с письменного разрешения родителей или с законным представителем/сопровождающим.