СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ОРЕХОВО-БОРИСОВО

г. Москва, Ореховый проезд, д. 43 А
+7 (499) 444 14 78, доб.5680

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 4 ДОРОЖКИ

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

Санитарный день - каждый первый понедельник месяца, с 7.00 до 14.15 (исключение - официальные праздничные дни - в этом случае санитарный день переносится на следующий рабочий день и декабрь).

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
ОРЕХОВО-БОРИСОВО

г. Москва, Ореховый проезд, д. 43 А
+7 (499) 444 14 78, доб.5680

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 4 ДОРОЖКИ

Инструктор по спорту Архипов В.Д.

Умеющие плавать

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	**8-10 лет**	15:45 - 16:30	X	X	15:45 - 16:30	X	X	X
2	**10-11 лет**	16:30 - 17:15	X	X	16:30 - 17:15	X	X	X
3	**12-14 лет**	17:15 - 18:00	X	X	17:15 - 18:00	X	X	X
4	**13-15 лет**	18:00 - 18:45	X	X	18:00 - 18:45	X	X	X

Инструктор по спорту Шапошников Д.Д.

Любой навык

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

АКВААЭРОБИКА

Инструктор по спорту Немченко В.С.

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
18 лет и старше	X	X	X	X	20:15 - 21:00	X	X

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
ОРЕХОВО-БОРИСОВО

г. Москва, Ореховый проезд, д. 43 А
+7 (499) 444 14 78, доб.5680

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия, продолжительность 60 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
14 лет и старше	7:00 - 13:00					X	
	14:00 - 22:00						