СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС НАДЕЖДА

Москва, Крупской ул., д.1 корп.1
+7 (499) 444 14 78, доб. 5800

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 17 МЕТРОВ, 3 ДОРОЖКИ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7:15 - 8:00	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
8:00 - 8:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
8:45 - 9:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
9:30 - 10:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
10:15 - 11:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
11:00 - 11:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
11:45 - 12:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание
12:30 - 13:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
13:15 - 14:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
14:00 - 14:45	Технический перерыв						
15:00-15:45	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
15:45 - 16:30	X	X	X	X	X	X	X
16:30 - 17:15	X	X	X	X	X	X	X
17:15 - 18.00	X	X	X	X	X	X	Свободное плавание
18:00- 18:45	X	X	X	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание
18:45 - 19:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
19:30 - 20:15	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	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

Санитарные дни: последнее воскресенье каждого месяца с 7:00 до 12:30

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС НАДЕЖДА

Москва, Крупской ул., д.1 корп.1
+7 (499) 444 14 78, доб. 5800

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

Инструктор по спорту Непомнящих Е.Г.

Освоение базовых навыков плавания (Мини-группа)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-9 лет	15:45-16:30	X	X	15:45-16:30	X	X	X

Освоение стилей плавания

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

Инструктор по спорту Севодин В.В.

Освоение базовых навыков плавания (Мини-группа)

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

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
4	7-9 лет	X	X	15:45-16:30	X	X	15:45-16:30	X
5	8-10 лет	X	X	16:30-17:15	X	X	16:30-17:15	X
6	9-11 лет	X	X	17:15-18:00	X	X	17:15-18:00	X
7	12-14 лет	X	X	18:00-18:45	X	X	18:00-18:45	X

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС НАДЕЖДА

Москва, Крупской ул., д.1 корп.1
+7 (499) 444 14 78, доб. 5800

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

Инструктор по спорту Калашникова Н.А.

Освоение базовых навыков плавания (Мини-группа)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-9 лет	X	15:45-16:30	X	X	15:45-16:30	X	X

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
2	9-11 лет	X	16:30-17:15	X	X	16:30-17:15	X	X
3	12-14 лет	X	17:15-18:00	X	X	17:15-18:00	X	X

Инструктор по спорту Лютгольц О.А.

Освоение базовых навыков плавания (Мини-группа)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	7-9 лет	X	X	15:45-16:30	X	X	X	X

Инструктор по спорту Семьянинова А.С.

Освоение базовых навыков плавания (Мини-группа)

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

Освоение стилей плавания

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
3	9-11 лет	X	18:00-18:45	X	X	X	X	16:30-17:15

АКВААЭРОБИКА

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
4	с 18 лет	X	19:30-20:15	X	X	20:15-21:00	X	13:15-14:00