СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
НА ИНЖЕНЕРНОЙ

Москва, Инженерная, д.5А
+7 (499) 444 14 78, доб. 6030

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИЙ МАНЕЖ

Самостоятельные занятия

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
14 лет и старше	9:00 - 22:00						

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
14 лет и старше	9:00 - 22:00						

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

Самостоятельные занятия

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
18 лет и старше	9:00 - 17:00 19:30 - 22:00	9:00 - 22:00	9:00 - 17:00 19:30 - 22:00	9:00 - 22:00	9:00 - 17:00 19:30 - 22:00	9:00 - 22:00	9:00 - 22:00

ИНФРАКРАСНАЯ САУНА

Самостоятельные посещения

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
18 лет и старше	9:00 - 22:00						

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
НА ИНЖЕНЕРНОЙ

Москва, Инженерная, д.5А
+7 (499) 444 14 78, доб. 6030

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

Инструктор по спорту Михалевская Т.Д.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	6-8 лет	X	15:00 - 16:00	X	15:00 - 16:00	X	X	15:00 - 16:00
2	7-9 лет	X	16:00 - 17:30	X	16:00 - 17:30	X	X	16:00 - 17:30
3	9-11 лет	X	17:30 - 19:00	X	17:30 - 19:00	X	X	17:30 - 19:00
4	12-14 лет	X	19:00 - 20:30	X	19:00 - 20:30	X	X	19:00 - 20:30

Инструктор по спорту Голубев М.Л.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	6-8 лет	16:00 - 17:00	X	16:00 - 17:00	X	16:00 - 17:00	X	X
2	9-11 лет	17:00 - 18:30	X	17:00 - 18:30	X	17:00 - 18:30	X	X
3	12-14 лет	18:30 - 20:00	X	18:30 - 20:00	X	18:30 - 20:00	X	X

РАЗМИНОЧНЫЙ ЗАЛ

ОФП (функциональная тренировка)

Инструктор по спорту Каптелинина Ю.С.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	18 лет и старше	X	18:00 - 19:00	X	18:30 - 19:30	X	X	X

ОФП (здоровая спина)

Инструктор по спорту Каптелинина Ю.С

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	18 лет и старше	X	X	X	X	X	X	18:30 - 19:30

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС
НА ИНЖЕНЕРНОЙ

Москва, Инженерная, д.5А
+7 (499) 444 14 78, доб. 6030

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ЗАЛ СПОРТИВНЫЙ № 2

Джиу-джитсу

Инструктор по спорту Капаева В.В.

Возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7 - 9 лет	17:30 - 18:30	X	17:30 - 18:30	X	17:30 - 18:30	X	X
10-13 лет	18:30 - 19:30	X	18:30 - 19:30	X	18:30 - 19:30	X	X