

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ БАСЕЙН - 25 МЕТРОВ, 6 ДОРОЖЕК с 18.05.2026 по 24.05.2026

| | 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 | Х | 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 | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 13:00 - 13:45 | Технический перерыв | | | | | | |
| 13:45 - 14:30 | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 14:30 - 15:15 | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 15:15 - 16:00 | Свободное плавание | Х | Свободное плавание | Свободное плавание | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 16:00 - 16:45 | Х | Х | Х | Свободное плавание | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 16:45 - 17:30 | Х | Х | Х | Свободное плавание | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 17:30 - 18:15 | Х | Свободное плавание | Х | Х | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 18:15 - 19:00 | Х | Х | Х | Х | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 19:00 - 19:45 | Х | Х | Х | Х | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 19:45 - 20:30 | Свободное плавание | Х | Свободное плавание | Х | Х | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 20:30 - 21:15 | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 21:15 - 22:00 | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |
| 22:00 - 22:45 | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание | Свободное плавание |

Сеансы высокой загрузки - СВОБОДНО 1 или 2 дорожки

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 6 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Тепикин А.А

Освоение стилей плавания 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|-------------|-------------|---------|-------------|-------------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | X | 15:15-16:00 | 15:15-16:00 | X | 15:15-16:00 | X | X |
| 2П | 8-10 лет | X | 16:45-17:30 | X | X | 16:45-17:30 | X | X |
| 3П | 10-12 лет | X | X | 16:00-16:45 | X | X | 10:00-10:45 | X |

Спортивная группа 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------|-------------|
| 1П | 8-10 лет | X | 17:30-19:00 | 18:15-19:45 | 15:15-16:45 | X | X | X |
| 2П | 10-12 лет | 16:00-17:30 | X | X | 16:45-18:15 | 17:30-19:00 | 10:45-12:15 | X |
| 3П | 12-15 лет | 19:45-21:15 | X | X | 19:45-21:15 | 19:00-20:30 | 12:15-13:00 13:45-14:30 | X |

Инструктор по спорту Бадёрый О.А.

Любой навык 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | 15:15-16:00 | X | 15:15-16:00 | X | 15:15-16:00 | X | X |
| 2П | 9-11 лет | 16:00-16:45 | X | 16:00-16:45 | X | 16:00-16:45 | X | X |
| 3П | 10-12 лет | 16:45-17:30 | X | 16:45-17:30 | X | 16:45-17:30 | X | X |
| 4П | 12-15 лет | 19:00-19:45 | X | 19:00-19:45 | X | 19:00-19:45 | X | X |
| 5П | 18+ | 21:15-22:00 | X | 21:15-22:00 | X | 21:15-22:00 | X | X |

ЗАЛ СУХОГО ПЛАВАНИЯ

Инструктор по спорту Тепикин А.А

группа 8 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|---------|-------|-------------|---------|-------------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | 14:00-15:00 | X | X | X | X | X | X |
| 2П | 8-10 лет | 17:30-18:30 | X | X | 18:15-19:15 | X | X | X |
| 3П | 12-15 лет | X | X | X | X | X | 13:00-14:00 | X |

Инструктор по спорту Бадерый О.А.

группа 8 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | X | X | X | X | 14:00-15:00 | X | X |
| 2П | 18+ | 20:00-21:00 | X | 20:00-21:00 | X | X | X | X |

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 6 ДОРОЖЕК

Инструктор по спорту Жданова В.А.

Освоение стилей плавания 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|---------------------|-------------|-------------|-------|-------------|---------|-------------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | X | 16:00-16:45 | X | 16:00-16:45 | X | 10:45-11:30 | X |
| 2П | 7-9 лет мини-группа | X | 16:45-17:30 | X | 16:45-17:30 | X | X | X |
| 3П | 10-12 лет | X | 18:15-19:00 | X | 18:15-19:00 | X | 11:30-12:15 | X |
| 4П | 13-16 лет | X | 19:00-19:45 | X | 19:00-19:45 | X | 12:15-13:00 | X |
| 5П | 13-16 лет | X | 19:45-20:30 | X | 19:45-20:30 | X | 12:15-13:00 | X |

Инструктор по спорту Балина А.В.

Освоение стилей плавания 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|------------------|-------------|---------|-------|---------|-------------|-------------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | X | X | X | X | 15:15-16:00 | X | X |
| 2П | 10-12 лет | X | X | X | X | 16:00-16:45 | X | X |
| 3П | 11-13 лет | X | X | X | X | 17:30-18:15 | 15:15-16:00 | X |
| 4П | 8-10 лет | X | X | X | X | X | 14:30-15:15 | X |
| Группа № | | | | | | | | |
| 1П | Аквааэробика 18+ | X | X | X | X | X | 16:00-16:45 | X |

Инструктор по спорту Чердынцев А.А.

Освоение стилей плавания 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|---------|-------|---------|-------------|---------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | 18:15-19:00 | X | X | X | X | X | 15:15-16:00 |
| 2П | 10-12 лет | 19:00-19:45 | X | X | X | 17:30-18:15 | X | 16:00-16:45 |
| 3П | 13-15 лет | 19:45-20:30 | X | X | X | 18:15-19:00 | X | 16:45-17:30 |

Инструктор по спорту Баранова Д.О.

Освоение стилей плавания 7-13 человек

| Группа № | | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|----------|-----------|-------------|---------|-------------|---------|---------|---------|-------------|
| 1П | 7-9 лет | X | X | 15:15-16:00 | X | X | X | X |
| 2П | 10-12 лет | X | X | 16:45-17:30 | X | X | X | X |
| 3П | 11-13 лет | X | X | 17:30-18:15 | X | X | X | X |

Освоение базовых навыков плавания 7-13 человек

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

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

с 18.05.2026 по 24.05.2026

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

| | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|-----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 14 лет и старше | | 07:00-09:00 | 07:00-09:00 | | 07:00-09:00 | 07:00-09:00 | |
| | 07:00-18:00 | 12:00-18:00 | 12:00-18:00 | 07:00-18:00 | 12:00-18:00 | 12:00-23:00 | 07:00-23:00 |
| | 20:00-23:00 | | | | | | |

ЛЕГКОАТЛЕТЧЕСКИЕ ДОРОЖКИ

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

| | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|-----------------|-------------|---------|-------|---------|---------|-------------|-------------|
| 14 лет и старше | | | | | | | |
| | 07:00-15:00 | | | | | 07:00-09:00 | |
| | 20:00-23:00 | | | | | 17:00-23:00 | |