СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРИЗОНТ

Москва, г. Зеленоград, ул. Середниковская, дом 5
+7 (499) 444 14 78, доб. 6260

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 25 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	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	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
16:00 - 16:45	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
16:45 - 17:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
17:30 - 18:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
18:15 - 19:00	Свободное плавание	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
19:00 - 19:45	Свободное плавание	X	Свободное плавание	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание
19:45 - 20:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	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

Санитарный день: последнее воскресенье месяца с 17:30 до 23:00

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРИЗОНТ

Москва, г. Зеленоград, ул. Середниковская, дом 5
+7 (499) 444 14 78, доб. 6260

РАСПИСАНИЕ СЕАНСОВ
БАССЕЙН - 10 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	X	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	X
13:00-13:45	Технический перерыв						
13:45 - 14:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X
14:30 - 15:15	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	X
15:15 - 16:00	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
16:00 - 16:45	Свободное плавание	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
16:45 - 17:30	X	Свободное плавание	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
17:30 - 18:15	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	X	Свободное плавание	Свободное плавание
18:15 - 19:00	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
19:00 - 19:45	X	X	X	X	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание
19:45 - 20:30	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	Свободное плавание	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

Санитарный день: последнее воскресенье месяца с 17:30 до 23:00

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРИЗОНТ

Москва, г. Зеленоград, ул. Середниковская, дом 5
+7 (499) 444 14 78, доб. 6260

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ
БАССЕЙН - 10 МЕТРОВ

Инструктор по спорту Немецкова А.П. (отмена занятий с 18.11 по 24.11)

Освоение базовых навыков плавания

Группа		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1ННП	7 - 9 лет	16:45 - 17:30	X	X	16:45 - 17:30	X	13:45 - 14:30	X

Инструктор по спорту Юдин А.В.

Освоение базовых навыков плавания

Группа		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1ЮНП	7 - 9 лет	X	X	16:00 - 16:45	X	17:30 - 18:15	10:45 - 11:30	X

Инструктор по спорту Кашегашев А.В.

Освоение базовых навыков плавания

Группа		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1КНП	7 - 9 лет	X	16:00 - 16:45	X	16:00 - 16:45	X	X	12:15 - 13:00

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРИЗОНТ

Москва, г. Зеленоград, ул. Середниковская, дом 5
+7 (499) 444 14 78, доб. 6260

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ
БАССЕЙН - 25 МЕТРОВ, 8 ДОРОЖЕК

АКВААЭРОБИКА

Инструктор по спорту Юдин А.В.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
4Ю	18 лет и старше	X	X	20:30 - 21:15	X	20:30 - 21:15	09:15 - 10:00	X

ПЛАВАНИЕ

Инструктор по спорту Юдин А.В.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1Ю	7-9 лет	X	X	16:45 - 17:30	X	16:45 - 17:30	12:15 - 13:00	X
2Ю	10-12 лет	X	X	18:15 - 19:00	X	18:15 - 19:00	13:45 - 14:30	X
3Ю	13-15 лет	X	X	19:00 - 19:45	X	19:00 - 19:45	15:15 - 16:00	X

Инструктор по спорту Плясова В.А.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1П	7-9 лет	X	16:00 - 16:45	X	X	16:00 - 16:45	X	10:00 - 10:45
2П	10-12 лет	X	17:30 - 18:15	X	X	17:30 - 18:15	X	11:30 - 12:15
3П	13-15 лет	X	19:00 - 19:45	X	X	19:00 - 19:45	X	13:45 - 14:30

Инструктор по спорту Немецкова А.П. (отмена занятий с 18.11 по 24.11)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1Н	7-9 лет	16:00 - 16:45	X	X	16:00 - 16:45	X	14:30 - 15:15	X
2Н	10-12 лет	17:30 - 18:15	X	X	17:30 - 18:15	X	16:00-16:45	X
3Н	13-15 лет	19:00 - 19:45	X	X	19:00 - 19:45	X	17:30-18:15	X
4Н	18 лет и старше	X	X	20:30 - 21:15	X	X	18:15 - 19:00	X

Инструктор по спорту Кашегашев А.В.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1К	7-9 лет	X	16:45 - 17:30	X	16:45 - 17:30	X	X	13:45 - 14:30
2К	10-12 лет	X	18:15 - 19:00	X	18:15 - 19:00	X	X	15:15 - 16:00
3К	13-15 лет	X	17:30 - 18:15	X	17:30 - 18:15	X	X	16:45 - 17:30

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС ГОРИЗОНТ

Москва, г. Зеленоград, ул. Середниковская, дом 5
+7 (499) 444 14 78, доб. 6260

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Самостоятельные занятия, продолжительность 90 минут

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9 лет и старше	7:00 - 15:30	7:00 - 23:00	7:00 - 15:30	7:00 - 23:00	7:00 - 15:30	7:00 - 23:00	7:00 - 23:00
	X		X		X		
	18:00- 20:00		18:00- 20:00		18:00- 20:00		
	21:00-23:00		21:00-23:00		21:00-23:00		

ЗАНЯТИЕ В ГРУППЕ

Инструктор по спорту Материнко К.А.

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1М	14 - 17 лет	X	18:00 - 19:00	X	18:00 - 19:00	X	16:00-17:00	X
2М	18 лет и старше	X	20:00 - 21:00	X	20:00 - 21:00	X	10:00-11:00 20:00 - 21:00	X

Инструктор по спорту Немецкова А.П. (отмена занятий с 18.11 по 24.11)

Группа №		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1НТЗ	13 - 15 лет	X	X	18:15 - 19:15	X	X	X	X
2НТЗ	13 - 15 лет	X	X	19:15 - 20:15	X	X	X	X

*Дети с 9 до 14 лет помуг получить услугу только в сопровождении родителей/законных представителей