

### **Расписание занятий в большом бассейне**

Понедельник: 7.00-8.00, 8.00-9.00, 8.45-9.45, 9.30-10.30, 10.15-11.15, 11.00-12.00, 11.45-12.45, 16.45-17.45, 17.30-18.30, 18.15-19.15, 19.00-20.00, 19.45-20.45, 20.30-21.30

Вторник: 8.00-9.00, 8.45-9.45, 9.30-10.30, 10.15-11.15, 11.00-12.00, 11.45-12.45, 16.45-17.45, 17.30-18.30, 19.00-20.00, 19.45-20.45, 20.30-21.30

Среда: 7.00-8.00, 8.00-9.00, 8.45-9.45, 9.30-10.30, 10.15-11.15, 11.00-12.00, 11.45-12.45, 16.45-17.45, 17.30-18.30, 18.15-19.15, 19.00-20.00, 19.45-20.45, 20.30-21.30

Четверг: 8.00-9.00, 8.45-9.45, 9.30-10.30, 10.15-11.15, 11.00-12.00, 11.45-12.45, 17.30-18.30, 19.00-20.00, 19.45-20.45, 20.30-21.30

Пятница: 7.00-8.00, 8.00-9.00, 8.45-9.45, 9.30-10.30, 11.00-12.00, 11.45-12.45, 16.45-17.45, 17.30-18.30, 18.15-19.15, 19.00-20.00, 19.45-20.45, 20.30-21.30

Суббота: 9.00-10.00, 9.45-10.45

### **Расписание занятий в большом бассейне для детей - Детская группа здоровья (дети 9-13 лет)**

Понедельник, среда, пятница: 19.00-20.00, тренер-преподаватель по спорту - Доценко Лариса Александровна

Понедельник: 18.15-19.15, методист по ФК - Малышкина Людмила Юрьевна

Вторник, четверг: 17.30-18.30, 18.15-19.15 методист по ФК - Айдарова Светлана Евгеньевна

Среда, пятница: 18.15-19.15, тренер-преподаватель по спорту – Лунева Татьяна Степановна

### **Расписание занятий в детском бассейне**

Понедельник, среда, пятница:

10.00-11.00, тренер - Моисеев Сергей Федорович

Понедельник, среда, пятница:

16.45-17.45, 17.30-18.30, 18.15-19.15 (новички), тренер - Доценко Лариса Александровна

Вторник, четверг:

10.00-11.00, тренер - Доценко Лариса Александровна

Вторник, четверг:

16.45-17.45 (новички), 17.30-18.30 (новички), 18.15-19.15, 19.00-20.00 (новички), тренер - Моисеев Сергей Федорович

Суббота:

14.00-15.00, 14.45-15.45, тренер - Моисеев Сергей Федорович

### **Семейный отдых**

#### **Родители с детьми от 2 до 6 лет**

Понедельник – суббота:

с 9.00 – 19.45 (по предварительной записи, тел. 500-242)

### **Аквааэробика**

Понедельник, среда, пятница: 18.15-19.15;

Вторник, четверг: 18.15-19.15, 19.00-20.00;

Суббота: 13.00-14.00 - тренер Стремоусова Наталья

### **Утренний фитнес (фитнес + аквааэробика)**

Понедельник, среда, пятница:

9.30–11.15 - тренер Стремоусова Наталья

### **Аэробика/Фитнес**

Понедельник, среда, пятница: 19.00–20.00;

Суббота: 14.00-15.00;

Воскресенье: 10.00-11.00 - тренер Стремоусова Наталья

### **Йога**

Вторник, четверг:

9.30-10.30 – тренер Стремоусова Наталья