

РЕКОРД

СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕКС

Расписание

Оздоровительное плавание для детей до 14 лет.

День недели	Время занятия непосредственно на воде	Инструктор	Возрастная группа	Место проведения
Понедельник	9:00 – 9:45	Кряклина О.В.	Все возрасты	дорожка № 5
	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	8-10 лет	малая чаша (дорожки)
	10:30 – 11:15	Шокарев А.В.	7-12 лет	малая чаша (дорожки)
	16:30 – 17:15	Бушуева Е.Г.	11-14 лет	дорожка № 5
	18:00 – 18:45	Кряклина О.В.	7-10 лет	дорожка № 5
	18:00 – 18:45	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)
	19:30 – 20:15	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)
	19:30 – 20:15	Кряклина О.В.	8-14 лет	дорожка № 5
Вторник	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	8-10 лет	малая чаша (дорожки)
	15:00 – 15:45	Попова В.Б.	детский дом	малая чаша (дорожки)
	16:30 – 17:15	Бушуева Е.Г.	8-10 лет	дорожка № 5
	16:30 – 17:15	Попова В.Б.	8-14 лет	малая чаша (дорожки)
	18:00 – 18:45	Попова В.Б.	5-7 лет	малая чаша (дорожки)

	18:00 – 18:45	Кряклина О.В.	10-14 лет	дорожка № 5	
	19:30 – 20:15	Попова В.Б.	3-5 лет	малая чаша (дорожки)	
Среда	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	8-12 лет	малая чаша (дорожки)	
	9:00 – 9:45	Имайкина К.П.	группа 1	дорожка №5	
	15:00 – 15:45	Попова В.Б.	детский дом	малая чаша (дорожки)	
	16:30 – 17:15	Попова В.Б.	7-14 лет	малая чаша (дорожки)	
	16:30 – 17:15	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5	
	18:00 – 18:45	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)	
	18:30-19.15	Бушуева Е.Г.	5-7 лет	малая чаша (зона спуска)	
	19:30 – 20:15	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)	
	19:30 – 20:15	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5	
	20.30 – 21.15	Имайкина К.П.	группа 2	дорожка № 5	
	Четверг	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	все возрасты	малая чаша (дорожки)
		9:00 – 9:45	Кряклина О.В.	8-14 лет	дорожка № 5
10:30 – 11:15		Шокарев А.В.	7-12 лет	малая чаша (дорожки)	
15:00 – 15:45		Попова В.Б.	детский дом	дорожка № 5	
15:00 – 15:45		Имайкина К.П.	группа 4(набор)	малая чаша (дорожки)	
16:30 – 17:15		Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5	
16:30 – 17:15		Попова В.Б.	8-14 лет	малая чаша (дорожки)	
18:00 – 18:45		Попова В.Б.	5-7 лет	малая чаша (дорожки)	
18:00 – 18:45		Кряклина О.В.	7-10 лет	дорожка № 5	
19:30 – 20:15		Попова В.Б.	3-5 лет	малая чаша (дорожки)	
19:30 – 20:15		Кряклина О.В.	7-14 лет	малая чаша (зона спуска)	
20:30 – 21:15	Имайкина К.П.	группа 3(набор)	малая чаша (дорожки)		
Пятница	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5	

	9:00 – 9:45	Имайкина К.П.	группа 1	малая чаша (дорожки)
	13.30-14.15	Попова В.Б.	МАУ СОШ №55	малая чаша (дорожки)
	15:00 – 15:45	Бушуева Е.Г.	5-7 лет	малая чаша (дорожки)
	16:30 – 17:15	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5
	16:30 – 17:15	Попова В.Б.	8-14 лет	малая чаша (дорожки)
	18:00 – 18:45	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)
	18:00 – 18:45	Кряклина О.В.	8-14 лет	дорожка № 5
	19:30 – 20:15	Попова В.Б.	5-7 лет (подготовит)	малая чаша (дорожки)
	19:30 – 20:15	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5
	19:30 – 20:15	Кряклина О.В.	7-14 лет	малая чаша (зона спуска)
	20:30 – 21:15	Имайкина К.П.	группа 2	дорожка № 5
Суббота	9:00 – 9:45	Бушуева Е.Г.	8-11 лет	малая чаша (дорожки)
	12:00 – 12:45	Бушуева Е.Г.	5-7 лет	малая чаша (дорожки)
	13:30 – 14:15	Бушуева Е.Г.	секция бокса	дорожка № 5
	15:00 – 15:45	Попова В.Б.	все возрасты	малая чаша (дорожки)
	16:30 – 17:15	Бушуева Е.Г.	8-14 лет	дорожка № 5
	16:30 – 17:15	Имайкина К.П.	группа 3(набор)	малая чаша (дорожки)
	18:00 – 18:45	Бушуева Е.Г.	5-7 лет	малая чаша (дорожки)
	19:30 – 20:15	Имайкина К.П.	группа 4(набор)	малая чаша (дорожки)
Воскресенье	13:45 – 14:30	Имайкина К.П.	группа 5 (смешанная, набор)	дорожка №1

Услуга «Юный спасатель»

Дни недели	Время проведения занятий	Участники	Инструктор
Понедельник	19:45 – 20:45 (суша) 21:00 – 21:45 (вода, дорожка 1)	младшая группа	Шокарев А.В.
Вторник	19:45 – 20:45 (суша) 21:00 – 21:45 (вода, дорожка 1)	средняя группа	
Среда	16:45 – 17:45 (суша) 18:00 – 18:45 (вода, дорожка 5)	младшая группа - 2	
	19:45 – 20:45 (суша) 21:00 – 21:45 (вода, дорожка 1)	старшая группа	
Четверг	19:45 – 20:45 (суша) (вода, дорожка 1)	младшая группа	
Пятница	19:45 – 20:45 (суша) 21:00 – 21:45 (вода, дорожка 1)	средняя группа	
Суббота	13:45 – 14:45 (суша) 15:00 – 15:45 (вода, дорожка 1)	младшая группа - 2	
	16:45 – 17:45 (суша) 18:00 – 18:45 (вода, дорожка 1)	старшая группа	

Услуга «Акваэробика».

Дни недели	Время занятия	Место занятия	Инструктор
Понедельник	10:30 – 11:15	дорожка № 5	Бушуева Е.Г.
Вторник	19:30 – 20:15		Неволина А.А.
Среда	10:30 – 11:15		Бушуева Е.Г.
Четверг	19:30 – 20:15		Неволина А.А.
Пятница	10:30 – 11:15		Бушуева Е.Г.
Воскресенье	15:00 – 15:45	дорожка № 1	Бушуева Е.Г.

Услуга «Мать и дитя».

День недели	Время занятия на воде	Место проведения	Инструктор
Понедельник	12:00 – 12:45	малая чаша (зона грибка)	резерв
Вторник	12:00 – 12:45	малая чаша (зона грибка)	Бушуева Е.Г.
Среда	12:00 – 12:45	малая чаша (зона грибка)	Бушуева Е.Г.
Четверг	12:00 – 12:45	малая чаша (зона грибка)	Бушуева Е.Г.
Пятница	12:00 – 12:45	малая чаша (зона грибка)	резерв
Суббота	10:30 – 11:15	малая чаша (зона грибка)	Бушуева Е.Г.

Услуги по обучению плаванию для взрослых.

Наименование услуги	День недели	Время занятия на воде	Инструктор	Место проведения
Обучение плаванию	суббота	18:45 – 19:30	Пушкарёва С.А.	большая чаша, дорожка №1
Совершенствование техники плавания		19:30 – 20:15		
Обучение плаванию	воскресенье	15.00-15.45	Имайкина К.П.	большая чаша, дорожка №5
Совершенствование техники плавания		15.45-16.30		
Оздоровительное плавание для взрослых и тимбилдинг (командообразование)	на стадии обсуждения			

Услуги по боксу (групповые и индивидуальные занятия), бокс + плавание.

Наименование услуги	Дни недели	Время проведения	Место проведения	Тренер
Групповые занятия по боксу	понедельник	20:00 – 21:30	Зал бокса, 3 этаж	Тетерев Андрей Владимирович (89082571027)
	среда	20:00 – 21:30		
	пятница	20:00 – 21:30		
Индивидуальные занятия по боксу	понедельник	12:00 – 14:30		
	среда	12:00 – 14:30		
	пятница	12:00 – 14:30		
Групповые занятия по боксу + плавание	воскресенье	12:00 – 14:30	Зал бокса, 3 этаж + бассейн	
	понедельник	20:00 – 21:30		
	среда	20:00 – 21:30		
	пятница	20:00 – 21:30		

Услуги по фитнесу (групповые занятия и индивидуальные).

Наименование услуги	День недели	Время проведения	Место проведения	Инструктор
ОФП для детей	среда	11:15 – 12:00	Зал бокса, 3 этаж	Неволина Анна Александровна (89197173806).
	суббота	10.00-11.00		
Фитнес (функциональный тренинг, силовой тренинг, круговой тренинг) Bums+abc	вторник	18:30 – 19:15		
Фитнес (пилатес, здоровая спина) Body&mind)	четверг	18:30 – 19:15		
ОФП для детей	пятница	11:15 – 12:00		

Расписание сеансов свободного плавания.

День недели	Начало и продолжительность сеанса	Время выхода из воды
Понедельник- воскресенье	6:30 – 7:45	7:30
	8:00 – 9:15	9:00
	9:30 – 10:45	10:30
	11:00 – 12:15	12:00
	12:30 – 13:45	13:30
	14:00 – 15:15	15:00
	15:30 – 16:45	16:30
	17:00 – 18:15	18:00
	18:30 – 19:45	19:30
	20:00 – 21:15	21:00
	21:30 – 22:45	22:30