



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ В ПЛАВАТЕЛЬНОМ БАССЕЙНЕ  
 на I семестр 2019 – 2020 учебного года

Проход	Вода	Окончание занятий	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	Время воскресенья	
										Проход	Окончание занятий
07.30	07.45	08.30								08.30	09.30
08.00	08.15	09.00								09.00	10.00
08.45	09.00	09.45								09.30	10.30
09.00	09.45	10.30								10.00	11.00
10.00	10.30	11.00								10.30	11.30
10.30	11.00	11.45							Гидрореабилитация	11.00	12.00
11.00	11.45	12.30							ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК	11.30	12.30
12.00	12.30	13.00			ЛФК					12.00	13.00
13.00	13.10	13.55								12.30	13.30
13.10	13.55	14.40								13.00	14.00
14.10	14.40	15.10							ОБУЧЕНИЕ	13.30	14.30
15.00	15.10	15.55								14.00	15.00
15.10	15.55	16.40								14.30	15.30
16.10	16.40	17.10								15.00	16.00
16.30	17.10	18.00	ЛФК	СБОРНАЯ	Школа плавания	ЛФК	СБОРНАЯ	Школа плавания		15.30	16.30
17.30	18.00	18.30		ПО			ПО	М – ДЕТСКАЯ		16.00	17.00
18.00	18.30	19.00	ЛФК	ПЛАВАНИЮ		ЛФК	ПЛАВАНИЮ	Мастер-класс		16.30	17.30
18.30	19.00	19.30		АКВААЭРОБИКА			АКВААЭРОБИКА	М – ДЕТСКАЯ		17.00	18.00
19.00	19.30	20.00	ЛФК ВОСВОД	ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК	ОБУЧЕНИЕ	ЛФК ВОСВОД	ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК			17.30	18.30
19.30	20.00	20.30								18.00	19.00
20.00	20.30	21.00		Мастер-класс			Мастер-класс			18.30	19.30
20.30	20.45	21.30								19.00	20.00

 – учебные занятия

 – оздоровительные группы