

# Расписание спортивных секции МАУ ДО «СОК «Жемчужина» на 2017-18 учебный год

Название секций	Тренер	Понедел.	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскрес.
Мини-футбол спортзал	Степанян Г.С.	14.30-16.45-16.45-19.00 19.15-20.45сб.	15.00-16.30 16.30-18.00	14.30-16.45-16.45-9.00 19.15-20.45сб	15.00-16.30 16.30-18.00	14.30-16.45-16.45-19.00 19.15-20.45сб	13.00-14.30 14.30-16.00 16.00-18.15	
Плавание - бассейн большая чаша	Дятлов В.И.	15.00-17.15 17.30-19.45	15.00-17.15 17.30-19.45		15.00-17.15 17.30-19.45		10.00-12.15 15.00-17.15	
Плавание малая чаша	Степанов А.В.		16.00-17.00 17.10-18.40 18.50-19.50		16.00-17.00 17.10-18.40 18.50-19.50	18.30-20.00		
Плавание малая чаша	Мокеева Е. В.	17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30		
Аква - аэробика бассейн	Цыганова О.С.		19.30-20.30		19.30-20.30			19.45-20.30
Пилатес	Цыганова О.С.	19.00-20.00		19.00-20.00		19.00-20.00		
Степ-аэробика	Цыганова О.С.		18.30-19.30		18.30-19.30			18.30-19.30
Пилатес для беременных	Цыганова О.С.	20.00-20.50		20.00-20.50		20.00-20.50		17.15-18.00 стрип-денс
Оздоровительная гимнастика	Цыганова О.С.	12.15-12.55		12.15-12.55		12.15-12.55		
Каратэ-до (зал силовой подготовки)	Щербаков А.Н.		16.00-16.45 для новичков 16.00-17.45 для цветных поясов			16.00-16.45 для новичков 16.00-17.45 для цветных поясов		13.00-13.45 для новичков 13.00-14.45 для цветных поясов
Пауэрлифтинг (атлетический зал)	Андрианов Р.М.	15.00-18.15	15.00-18.15	15.00-18.15	15.00-18.15	15.00-18.15	15.00-18.15	
	Иванов Н.В.	18.15-20.30	18.15-20.30	18.15-20.30	18.15-20.30	18.15-20.30	18.15-20.30	
	Баринаева С.Н.	9.00-14.00	9.00-14.00			9.00-13.00	9.00-13.00	
Ритмика - Танцы (зал аэробики)	Филиппова А.Е.	17.00-18.00-18.00-19.00 19.00-20.00	18.00-19.00	17.00-18.00-18.00-19.00 19.00-20.00	18.00-19.00	17.30-18.45 19.00-20.00		
Степ-аэробика	Мылкова Т.С.	18.00-19.00 стэп		18.00-19.00 йога	17.30-18.30 стэп	18.00-19.00 пилатес		
Фитнес-йога								
Пилатес								



Утверждаю:  
 Директор МАУ ДО «СОК «Жемчужина» Столяров А.П.

01.11.2017г.