

Расписание работы спортивного направления ГБУ «ЦСД «Атлант» на НОЯБРЬ 2017г.

№ п/п	Вид спорта, ФИО тренера	Категория занимающихся	Место проведения занятий Адрес	Расписание							Стоимость занятия (разовое/абонемент)
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.	
1.	Фитнес зарядка Квашина В. В.	Взрослые от 18 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2						10.00 11.00 11.00 12.00		Бесплатно
	Многофункциональная гимнастика Квашина В. В.	Взрослые от 18 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2	10.00 11.00 11.00 12.00	10.00 11.00		09.00 10.00 10.00 11.00 19.00 21.00				
2.	Спортивное ориентирование Крылов В. Ю.	Дети и подростки от 9 до 18 лет (смешанные группы)	http://uzao.family/atlant (Лыжная трасса) Соловьинный пр-д, д.2	18.30 20.30							Бесплатно
			http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2			18.30 20.30					
3.	Хоккей Петренко В. И.	Подростки от 12 до 16 лет	http://uzao.family/atlant (Спортивная площадка) Новоясеневский проспект, 40-3		16.00 20.00		16.00- 20.00		08.00 09.00		Бесплатно
			http://uzao.family/atlant Зона отдыха Битца	16.00 20.00			16.00 20.00				
4.	Волейбол Зубарев Н. В.	Подростки от 12 лет и старше	http://uzao.family/atlant ГБОУ СОШ № 2103 ул. Голубинская ,5,к.4		15.30 18.30	15.30 18.30	15.30 18.30				Бесплатно
5.	Тренажерный зал (Свободное посещение)	от 18 лет и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	10.00 21.00	10.00 21.00	10.00 21.00	10.00 21.00	10.00 20.00	12.00 18.00	11.00 17.00	Бесплатно
6.	Тренажерный зал Абрамов Б. А.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ДИВС «Содружество»		11.00 12.00		11.00 12.00	12.00 14.00			Бесплатно
			http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2								
7.	Настольный теннис Абрамов Б. А.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ДИВС «Содружество» Новоясеневский пр-т, д.30		12.00 14.00		12.00 14.00				Бесплатно
			http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2			15.00 17.00					

8.	Многофункциональная гимнастика Абрамов Б. А.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ДИВС «Содружество» Новоясеневский пр-т, д.30		10.00 11.00						Бесплатно
9.	Оздоровительная гимнастика Абрамов Б. А.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2					11.00 12.00			Бесплатно
10.	Волейбол Абрамов Б. А.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ДИВС «Содружество» Новоясеневский пр-т, д.30			10.00 12.00					Бесплатно
11.	Мини-футбол Симонов А. И.	Дети от 9 до 12 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал	16.00 17.30		16.30 18.30	16.00 17.30	16.30 18.30	14.00 16.00	14.00 16.00	Бесплатно
		Подростки от 13 до 16 лет	ГБОУ Школа №1103-ШО-1 Литовский б-р 17 к.3	17.30 19.00		19.00 21.00	17.30 19.00	19.00 21.00	16.00 18.30	16.00 18.30	
12.	Мини-футбол Сироткин И. М.	Дети от 5 до 7 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2			19.00 19.45		19.00 19.45		11.00 12.00	Бесплатно
						19.45 20.30		19.45 20.30		12.00 13.00	
13.	Фитнес гимнастика Соколова Г. М.	Взрослые от 50 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ГБОУ ЦСО Самбо-70 Москомспорта Вильнюсская, д.6,корп.2	11.00 13.30	11.00 13.30	11.00 13.30	11.00 13.30	11.00 13.30			Бесплатно
14.	Баскетбол Барсуков Е. Г.	Дети и подростки от 12 до 18 лет	http://uzao.family/atlant Спортзал ДИВС «Содружество» Новоясеневский пр-т, д.30		14.00- 16.00		14.00 16.00				Бесплатно
			http://uzao.family/atlant ГБОУ «Лицей № 1561» Ул. Голубинская, 23-3	19.00 21.00		18.00 21.00		17.00 21.30			
15.	Шахматы Григорян Д. Л.	Дети от 5 до 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	16.00 17.00		16.00 17.00		16.00 17.00			Бесплатно
				17.00 18.00		17.00 18.00		17.00 18.00			
				18.00 19.00		18.00 19.00		18.00 19.00			
16.	Ритмика Матюхин А. С.	Дети с 4 до 6 лет)	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	12.00 14.00		11.00 13.00				Бесплатно	
17.	Таеквон-До Акбутаев Т. С.	Дети и подростки с 8 до 15 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	18.00 19.30		18.00 19.30				3700 руб. (абонемент)	
18.	Рукопашный бой Соколов С. Б.	Взрослые от 18 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	21.00 22.30			21.00 22.30			3504 руб. (абонемент)	

19.	Айкидо Арбузкин Д. А.	Подростки от 9 до 16 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2		16.30- 17.30		16.30- 17.30		11.30- 13.00		3000 руб. (абонемент)
					17.30- 19.00		17.30- 19.00				
20.	Айкидо Яценко А. А.	Дети и подростки от 8 до 14 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	16.00- 17.00		17.00- 18.00		17.00- 18.00			3009 руб. (абонемент)
21.	Раннее физическое развитие с элементами айкидо Лапшина И. П.	Дети от 5 до 8 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	15.00- 16.00			15.00- 16.00				3005 руб. (абонемент)
		Подростки с 8 до 12 лет		17.00- 18.00			17.00- 18.00				
22.	Каратэ Бойцов Р. Ю.	Дети от 7 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2					19.00- 20.30		13.00- 14.30	3001 руб. (абонемент)
23.	Каратэ до шотокан Буяков С. А.	Дети от 8 до 14 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2	17.00- 18.30			18.00- 19.30				4500 руб. 5000 руб. (абонемент)
		Дети от 4 до 7 лет		19.00- 20.00			19.00- 20.00				
24.	Самбо Арбузкин Д. А.	Взрослые От 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	20.00- 22.00					13.00- 15.00		3 002 руб. (абонемент)
25.	Шахматы Лагно А. В.	Дети от 5 лет и старше (смешанные группы)	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	18.00- 20.00				18.00- 20.00			3006 руб. (абонемент)
26.	Спортивные бальные танцы Матюхин А. С.	Дети от 4 до 6 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	19.00- 20.00					18.00- 19.00		3 007руб. (абонемент)
		Дети от 7 лет и старше		20.00- 21.00					19.00- 20.00		
27.	Латино-американские танцы Белороссова Е. О.	Взрослые от 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	09.00- 10.30	12.00- 13.00	13.00- 15.00	09.00- 10.30	12.00- 15.00	12.00- 14.00	19.00- 21.00	2500руб. 1300руб. (абонемент)
							21.00- 22.00		20.00- 21.00		
28.	«Хип – Хоп» Султанова Э. С.	Дети от 7 до 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	18.00- 19.00		18.00- 19.00					3506 руб. (абонемент)
29.	«Евро дэнс» Квашина В. В.	Дети от 5 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	16.00- 18.00				17.00- 18.00			3003руб. 2000руб. (абонемент)
		Дети от 3 до 5 лет						18.00- 19.00			