

Расписание работы спортивного направления ГБУ «ЦСД «Атлант» на декабрь 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) Соловьиный 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				Бесплатно
			http://uzao.family/atlant Зона отдыха Битца (лесная гимнастическая городка)	16.00 20.00			16.00 20.00				
			http://uzao.family/atlant Ледовый дворец «Содружество»						06.00 07.00		
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 ГБОУ Школа №1103-ШО-1 Литовский б-р 17 к.3	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		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.	Секция «Бег» Швец Е.А.	Дети и подростки от 14 лет и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2		19.30 21.30		19.30 21.30				Бесплатно
18.	Хоккей с шайбой Черныш Е.В.	Дети с 12 до 17 лет	Созвездие ул. Голубинская д.28,к.3	19.00 20.00 20.00 21.00		19.00 20.00 20.00 21.00		19.00 20.00 20.00 21.00			Бесплатно
		Взрослые от 18 лет	«Спортивная площадка» Голубинская д.7/2					06.00 07.00	06.00 07.00		
19.	Таеквон-До Акбугаев Т. С.	Дети и подростки от 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)
20.	Фитнес-тренировка Голикова М.Н.	Взрослые с 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	20.00 21.00							1200 руб. (абонемент)
21.	Рукопашный бой Соколов С. Б.	Взрослые от 18 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11к.2	21.00 22.30		21.00 22.30					3504 руб. (абонемент)
22.	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				
23.	Айкидо Яценко А. А.	Дети и подростки от 8 до14 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)
24.	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 от 8 до 12 лет		17.00 18.00		17.00 18.00					
25.	Каратэ Бойцов Р. Ю.	Дети от 7 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р д.11 к.2			20.00 21.30		19.00 20.30			3001 руб. (абонемент)
26.	Каратэ до шотокан Буяков С. А.	Дети от 8 до 14лет	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 до7лет			19.00 20.00		19.00 20.00				

27.	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)
28.	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)
29.	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		
30.	Латино-американские танцы Белороссова Е. О.	Взрослые от 18 лет	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2	14.00 15.00		9.30 11.00	21.00 22.00	14.00 15.00	09.00 10.00	10.00 11.00	2500руб. 1300руб. (абонемент)
									12.00 14.00	13.00 15.00	
									20.00 21.00	19.00 21.00	
31.	«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)
32.	«Евро дэнс» Квашина В. В.	Дети от 5 и старше	http://uzao.family/atlant Литовский б-р, д.11 к.2		16.00- 17.00			17.00- 18.00			3003руб. 2000руб. (абонемент)
		Дети от 3 до 5 лет						18.00 19.00			