

## Расписание занятий объединений спортивной направленности

Здание по адресу: Верхняя Красносельская, д. 30

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Самбо 15.00-18.45	ММА 14.50-15.50	Каратэ 16.00-21.00	ММА 14.50-15.50	Каратэ 16.00-21.00
Каратэ Киокусинкай 16.00-18.00	Каратэ 17.30-19.00	Мечевой бой 15.00-16.30 –	Каратэ 17.30-19.00	Мечевой бой 15.00-16.30
	Мечевой бой 16.00-17.30	Каратэ Киокусинкай 16.00-18.00	Аэробика зумба 16.00-17.00	Каратэ Киокусинкай 16.00-18.00
	Волейбол 15.35 – 16.30			

Здание по адресу: 2-ой Красносельский пер., д.18

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Самбо, дзюдо 15:30-18.45	ММА 15.00-16.30	Самбо, дзюдо 15:30-18.45	ММА 15.00-16.30	
	Волейбол 16.00-17.30	ОФП с элементами рукопашного боя 15:30-17:00 17:00-18:30	Волейбол 16.00-17.30	

Здание по адресу: ул. Сретенка, д.20

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
ОФП с элементами самбо 15.00-16.00	ММА 17.00 – 18.10	ОФП с элементами самбо 15.00-16.00	ММА 17.00 – 18.10	Каратэ Киусинкай 15.30- 19.00
Каратэ Киусинкай 16.00- 19.25	Подвижные игры 14.00-14.45	Каратэ Киусинкай 16.00- 19.25	Подвижные игры 14.00-15.45	
Подвижные игры 14.50-15.35		Волейбол 16.00-18.00		
		Подвижные игры 14.00-15.45		

Здание по адресу: Скорняжный пер., д.3, стр.1

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Атлетическая подготовка 15.00-16.30	Самбо 17.00-19.30	Атлетическая подготовка 15.00-16.30	Атлетическая подготовка 15.00-16.30	Атлетическая подготовка 15.00-16.30	Самбо (гимнастика) 10.00-11.50	Самбо (гимнастика) 10.00-11.50 4-6 лет
Самбо 17.00-19.00	Волейбол 16.00-18.00	Самбо 17.00-19.00 5-7 лет	Настольный теннис 15.00-16.00	Самбо 17.00-19.30		
			Волейбол 16.00-17.00			
			Самбо 17.00-19.30			