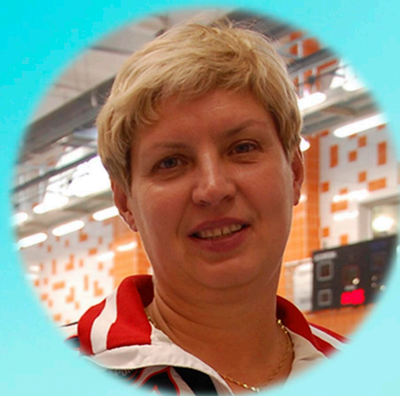




ПЛАВАНИЕ

Кузьмина Наталья Алексеевна -
Тренер



В программе занятий:

- + Научить плавать, дышать и расслабляться на воде.
- + Обучить плаванию на спине, на груди и подвижным играм на воде.
- + Развить физические качества (скоростные, силовые, выносливость, координацию и гибкость.)
- + Обучение и совершенствование техники плавания всеми стилями.

ПРОГРАММЫ	ВРЕМЯ	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
Освоение с водой 6-8 лет	10:00		гр.№66		гр.№67		
	11:00						гр.№52* УМ.ПЛ
Учебно - оздоровительное плавание 9-11 лет	12:00						гр.№15* Н/УМ.ПЛ
	13:00						гр.№36* Н/УМ.ПЛ
Физический тренинг на воде 12-17 лет	14:00	гр.№17** Н/УМ.ПЛ		гр.№17** Н/УМ.ПЛ			гр.№16** Н/УМ.ПЛ
	15:00						гр.№37* УМ.ПЛ.
Семейное плавание	16:00						
	17:00	гр.№38** УМ.ПЛ		гр.№16** Н/УМ.ПЛ		гр.№38** УМ.ПЛ	



УМ.ПЛ - УМЕЮЩИЕ ПЛАВАТЬ
Н/УМ.ПЛ - НЕ УМЕЮЩИЕ ПЛАВАТЬ

*ЗАНЯТИЯ ОДИН РАЗ В НЕДЕЛЮ - 1600 руб.
**ЗАНЯТИЯ ДВА РАЗА В НЕДЕЛЮ - 3200 руб.

Телефон: +7(968)098-88-94
Ольга Николаевна Логвина(Администратор)



РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

ЧИСЛО	ВРЕМЯ	КАБИНЕТ
01.09.2016	19:00	КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ

НАЧАЛО ЗАНЯТИЙ с 03.09.2016 СОГЛАСНО РАСПИСАНИЮ

ДЛЯ ЗАНЯТИЙ НЕОБХОДИМО:

- + Справка от врача (для оздоровительного плавания в бассейн).
- + Шапочка для плавания, купальник (плавки), очки, шлёпки.
- + Полотенце, мыло и мочалка.