



ПЛАВАНИЕ

Морозова Ольга Александровна -
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	11:00						гр.№39* УМ.Пл
	12:00						гр.№19** УМ.Пл
	13:00						гр.№40* УМ.Пл
	14:00						гр.№41* УМ.Пл
Учебно - оздоровительное плавание 9-11 лет	15:00		гр.№42** УМ.Пл		гр.№42** УМ.Пл		гр.№18* Н/УМ.Пл
	16:00		гр.№20** Н/УМ.Пл		гр.№20** Н/УМ.Пл		
	17:00		гр.№43** УМ.Пл		гр.№43** УМ.Пл		
	18:00		гр.№21* УМ.Пл		гр.№19** УМ.Пл		
	19:00		гр.№44** УМ.Пл		гр.№44** 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.