



ПЛАВАНИЕ

Силин Владимир Петрович -
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	9:00						гр. №55
	10:00						гр. №56
	11:00	гр. №58	гр. №59	гр. №60		гр. №61	
	12:00						
Учебно - оздоровительное плавание 9-11 лет	13:00						
	14:00	гр. №4** Н/УМ.ПЛ	гр. №1** Н/УМ.ПЛ	гр. №4** Н/УМ.ПЛ		гр. №1** Н/УМ.ПЛ	
	15:00	гр. №5** Н/УМ.ПЛ	гр. №2** Н/УМ.ПЛ	гр. №5** Н/УМ.ПЛ		гр. №2** Н/УМ.ПЛ	
	16:00	гр. №28** УМ.ПЛАВ	гр. №30** УМ.ПЛ	гр. №28** УМ.ПЛ		гр. №30** УМ.ПЛ	
Семейное плавание	17:00	гр. №29** УМ.ПЛ	гр. №3** Н/УМ.ПЛ	гр. №29** УМ.ПЛ		гр. №3** Н/УМ.ПЛ	
	18:00						
	19:00						гр. №57



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.