



БОРЬБА, ЕДИНОБОРСТВА (подготовительные группы)

ТАЙСКИЙ БОКС (Нагнибиды Руслан, Шерстюков Пётр)	4 - 7 лет	вторник, четверг	19:30 - 20:30
	7 - 12 лет	понедельник, среда, пятница	19:00 - 20:30
	от 14 лет	понедельник, среда, пятница	20:30 - 22:00
ММА (Нагнибиды Руслан, Шерстюков Пётр)	с 12 лет	вторник, четверг	20:30-22:00
САМБО / ДЗЮДО (Кабак Андрей)	6 - 16 лет	понедельник, среда, пятница	16:00 - 17:10
КАРАТЭ Кёкусинкай (Аккубекова Эльвира)	5 - 6 лет (7 лет new)	понедельник, среда, пятница	18:00-19:00
	7 - 16 лет		
УШУ с оружием (Фатхуллин Рейнгольд)	5 - 16 лет	вторник, четверг	15:00
УШУ начинающие	5 - 10 лет	вторник, четверг	17:00
		воскресенье	18:30
УШУ продолжающие	5 - 13 лет	вторник, четверг	16:00
		воскресенье	18:30
БОКС классический (Скороходов Андрей)	6 - 13 лет	понедельник, среда пятница	16:00
КАПОЭЙРА (Хамидуллин Марат)	6 - 9 лет	понедельник, среда	15:00-16:00
	9 - 12 лет	понедельник, среда	16:00-17:00
	13 - 15 лет	понедельник, среда	17:00-18:00

ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ГИМНАСТИКА "развивающая" (Вартанян Кристина)	4 - 13 лет	четверг	16:00 - 17:00
		суббота	15:00 - 16:00
ГИРЕВОЙ СПОРТ (Рачинский Сергей)	с 12 лет	понедельник, среда, пятница	12:00 / 19:00
ГИРЕВОЙ СПОРТ (Кулик Елена)	с 7 лет	понедельник, среда, пятница	17:00-18:00
Cross Kids (ОФП) (Кухарева Мария)	7 - 12 лет	вторник, четверг	17:00-18:00
		суббота	12:00-13:00
"PRO КАЧ" (Кулик Елена)	14 - 18 лет	понедельник, среда, пятница	18:00 - 19:00
АТЛЕТИЗМ (Кожарский Никита)	8 - 18 лет	понедельник, среда, пятница	17:10 - 18:10
АТЛЕТИЗМ (Кухарева Мария)	13 - 18 лет	вторник, четверг	18:00-19:00
		суббота	17:00-18:00

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ

БРЕЙКИНГ (Кожарский Никита)	5 - 8 лет	вторник, четверг	17:00 - 18:00
		пятница	18:00 - 19:00
	8 - 16 лет	вторник, четверг	20:00 - 21:00
		пятница	18:00 - 19:00
ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ (Нагнибиды Светлана)	4 - 6 лет	понедельник, четверг	19:00 - 20:00
	7 - 10 лет	понедельник	18:00 - 19:00
		понедельник (нов.)	17:00 - 18:00
		четверг	17:00-18:00/18:00-19:00
	10 - 14 лет	суббота	11:00 - 12:00
		среда	17:00-18:00/18:00-19:00
		суббота	11:00 - 12:00
DANCE MIX (Галкина Наталья)	6 - 13 лет	понедельник, пятница	17:00-18:00
HIP-HOP (Филилотова Полина)	7 - 18 лет	вторник, пятница	18:00-19:00
LADY STYLE (Филилотова Полина)	от 14 лет	вторник	21:00-22:00
		пятница	19:00-20:00

* Клуб оставляет за собой право вносить изменения и дополнения в расписание.