



Расписание фитнес-занятий Теннисного клуба "ЭЙС" ЯНВАРЬ 2021г.

Время	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье	
	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал	Зал "Малыш"	Универсальный зал
9:00	9:15 Малыш №1 4-5 г		9:15 Подготовка к школе №4 5-6 лет Первый год				9:15 Малыш №1 4-5 г		9:15 Подготовка к школе №4 5-6 лет Первый год					
10:00	10:30 Малыш №2 3-4 г		10:30 Малыш №5 1.8-2.5 г	10:15 Вяхирева	10:30 Малыш №2 3-4 г				10:30 Малыш №5 2,5-3 г	10:15 Вяхирева		Каратэ №1 новая		
11:00	11:30 Малыш №3 2,5-3 г		11:30 Малыш №6 4-5 г				11:30 Малыш №3 2,5-3 г		11:30 Малыш №6 4-5 г			Каратэ №2		
12:00												Каратэ №3		ПТ Вяхирева
13:00												Каратэ №4		
14:00												ПТ Вяхирева		
15:00		ПТ ОФП		ПТ ОФП		Каратэ №1 новая		ПТ ОФП		ПТ ОФП		Каратэ №5		ПТ 15.30 Вяхирева
16:00	НАБОР 15:30 Подготовка к школе №1 5-7 лет	НАБОР СФП + ОФП №1 7-9 лет		ПТ ОФП		Каратэ №2	НАБОР 15:30 Подготовка к школе №1 5-7 лет	НАБОР СФП + ОФП №1 7-9 лет		ПТ ОФП				
17:00	16:40 подготовка к школе №2 5-7 лет 1 год обучения	17:00-17:45 ОФП №2 5-6лет		ПТ ОФП		Каратэ №3	16:40 Подготовка к школе №2 5-7 лет 1 год обучения	17:00-17:45 ОФП №2 5-6лет		ПТ ОФП				
18:00	17:50 Подготовка к школе №3 5-6 лет Первый год	СФП + ОФП №3 10-12лет		ПТ ОФП		Каратэ №4	17:50 Подготовка к школе №3 5-6 лет Первый год	СФП + ОФП №3 10-12лет		ПТ ОФП		ПТ Вяхирев		
19:00		СФП + ОФП №4 12-14лет				Каратэ №5		СФП + ОФП №4 12-14лет		ПТ ОФП				
20:00				ПТ Вяхирев				ПТ ОФП		ПТ Вяхирев				
21:00														

* ПТ - персональная тренировка