

Расписание Аква программ 3 по 9 декабря

| 3 декабря понедельник | 4 декабря вторник | 5 декабря среда | 6 декабря четверг | 7 декабря пятница | 8 декабря суббота | 9 декабря воскресенье |
|---|---|---|---|--|---|--|
| 8:15 *** Swimming Pro Денис | | 8:15 *** Swimming Pro Денис | 8:15 Swimming 2 Александра | 8:15 *** Swimming Pro Денис | 11:00 Осьминожки 1 (3 - 5 лет) Василий | |
| 9:15 Мальки Александра | 10:00 AQUA Beginners 1 Инна | | 10:00 AQUA Sculpt 1, 2 Антонина | | 12:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Василий | 10:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Антонина |
| | | 11:00 AQUA Energy Денис | | 11:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Антонина | 13:15 *** Спортивное плавание (9 - 12 лет) Александра | 11:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Василий |
| 12:10 AQUA Upper Body Денис | NEW 15:00 **AQUA** МАМА Денис | 12:00 Осьминожки 1 (3 - 5 лет) Александра, Алексей | 12:10 AQUA Low Body Инна | 12:10 AQUA Intensive 2, 3 Денис | 14:10 AQUA Energy Денис | 12:00 Китята (6 - 8 лет) Антонина |
| <p>Обращаем Ваше внимание на уровень сложности уроков, который обозначен цифрами 1, 2, 3. Уровень "1" - подходит для начинающих, уровень сложности "2" - для подготовленных людей. Уровень "3" - высокоинтенсивные занятия для хорошо подготовленных.</p> | | | | | NEW 15:10 **AQUA** МАМА Денис | 13:10 AQUA Circuit 2, 3 Антонина |
| <p>*** Платные мини группы. Для записи на занятие, обращайтесь на рецепцию клуба или по телефону + 7 (495) 840 -99 -69</p> | | | | | | |
| | 16:00 *** Спортивное плавание (12 - 16 лет) Денис | | NEW 15:10 **AQUA** МАМА Денис | 16:00 *** Спортивное плавание (9 - 12 лет) Александра | 16:00 Акулы (9 - 12 лет) Александра | 16:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Василий |
| | 17:00 *** Спортивное плавание (6 - 8 лет) Василий | 17:00 Китята (6 - 8 лет) Василий | 17:00 Акулы (9 - 12 лет) Алексей Дмитрий | 17:00 *** Спортивное плавание (12 - 16 лет) Денис | 17:00 *** Спортивное плавание (6 - 8 лет) Александра | 17:00 *** Спортивное плавание (9 - 12 лет) Василий |
| 18:00 Дельфины (13 - 16 лет) Денис | 18:15 Осьминожки 2 (3 - 5 лет) Денис, Дмитрий | 18:00 *** Спортивное плавание (3 - 5 лет) Василий | 18:00 Дельфины (13 - 16 лет) Александра | | NEW 18:00 *** Swimming Pro Денис | |
| 19:00 *** Спортивное плавание (9 - 12 лет) Денис | | 19:00 *** Спортивное плавание (9 - 12 лет) Александра | 19:10 AQUA Shape 1,2 Алексей |  | | |
| 20:10 AQUA Energy Денис | 20:00 Swimming Intro 1, 2 Дмитрий | 20:00 AQUA Beginners 1, 2 Инна | 20:00 ***Swimming Intro 1, 2 Дмитрий | | | |