

РАСПИСАНИЕ  
работы платных секций ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы" Москомспорта  
на август 2018 г.

Название секции	Категория занимающихся	Место проведения занятий Адрес	Время проведения занятий:							Стоимость
			пн.	вт.	ср.	чт.	пт.	сб.	вс.	
Флорбол	взрослые	ул. Молостовых, д.10Д, ФОК "Одиссей"	19.30-21.00			19.30-21.00				200 руб./ 1 час ( до 18 лет), льготная категория; 400 руб./час - занятие для взрослых
Атлетическая гимнастика/ Тренажёрный зал	14-80 лет			18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00	17.00-21.00		
ОФП/Бокс	взрослые	пос.Акулово, д.27 ФОК "Акулово"	18.30-22.00		18.30-22.00		18.30-22.00			400 руб./час
	7 - 13 лет		15.00-16.30				15.00-16.30			200 руб./ 1 час
Каратэ	взрослые					18.30-20.00				400 руб./час, 200 руб./час - льготная категория
Атлетическая гимнастика	взрослые			18.00-22.00		18.00-22.00		18.00-20.00		
Настольный теннис	дети			17.00-18.00		17.00-18.00		17.00-18.00		200 руб./ 1 час
	взрослые					18.00-20.00		18.30-20.30		400 руб./час
Пилатес	18 и старше	ССОК "Новое поколение Вешняки" ул. Косинская, д. 12 Б, бассейн закрыт 13.08 по 31.08	20.00-21.00		20.00-21.00					400 руб. /занятие
Обучение плаванию ББ	7-17 лет		16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00		250 руб./45 мин.
Свободное оздоровительное плавание МБ	семейное плавание дети (5-11 лет) и взрослые		09.45-14.15	09.45-14.15	09.45-14.15	09.45-14.15	09.45-14.15	10.30-14.15		250 руб./45 мин. - 1 взрослый; взрослый+ребёнок=300 руб./45мин
Свободное оздоровительное плавание ББ	семейное плавание 7-17 лет и взрослые		14.45-21.30	14.45-21.30	14.45-21.30	14.45-21.30	14.45-21.30	14.45-21.30		
			08.45-13.15	08.45-13.15	08.45-12.30	08.45-13.15	08.45-13.15	08.45-13.15		
		14.00-21.30	14.00-21.30	14.00-21.30	14.00-21.30	14.00-21.30	14.00-21.30			
Аквааэробика	взрослые	ул. Молостовых, д.10А, ФОК "Касатка"		20.00-20.45		20.00-20.45		10.15-11.00		400 руб/45 мин.
Обучение плаванию	7-14 лет			15.30-16.15		15.30-16.15		15.30-16.15		250 руб./45 мин.
	7-14 лет		17.00-17.45	16.15-17.00	17.00-17.45	16.15-17.00	17.00-17.45	16.15-17.00		250 руб./45 мин.
Свободное плавание (семейное)	от 7 лет и взрослые		09.30-12.30	09.30-12.30	09.30-12.30	09.30-12.30	09.30-12.30	09.30-12.30		250 руб./45 мин. для 1 взрослого; 1взр.+1реб.-300р.; 2 взр.+1реб.-500р.; 2 взр.+2реб.-600р.
		14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.00		
Аквааэробика	взрослые	ул. Фрязевская, д.13А, ФОК "Олимпия"				20.00-20.45		20.00-20.45		400 руб/45 мин.
Обучение плаванию	дети от 7 лет		16.15-17.00		16.15-17.00					250 руб./ 45 мин.
Свободное (семейное) плавание	от 7 лет и взрослые		9.30-12.30	9.30-12.30	9.30-12.30	9.30-12.30	9.30-12.30	9.30-12.30		250 руб./45 мин. - для взрослых; взрослый+ребёнок=300 руб./45мин
			14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	14.00-20.45	
ОФП с элементами восточных единоборств ТХЭКВОНДО	4-13 лет		18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00			200 руб./1 час
			19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00	19.00-20.00			
Пилатес	взрослые		20.00-21.00		20.00-21.00				400 руб./1час	
Футбол	5-7 лет			16.00-17.00		16.00-17.00				
Худ. Гимнастика	5-7 лет			16.00-17.00		16.00-17.00				
Бокс	10-15 лет		17.00-20.00		17.00-20.00		17.00-20.00			
Бокс	10-15 лет			17.00-20.00		17.00-20.00				

Бокс	взрослые	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"	20:00-22:00		20:00-22:00		20:00-22:00			400 руб./час - взрослые; 200 руб./час-дети и льготные категории.
Бокс	взрослые			20:00-22:00		20:00-22:00				
Танцевальный спорт	5-7 лет							13.00-14.00		
	взрослые							14.00-15.00		
Детский фитнес	5-7 лет			17.30-19.30		17.30-19.30		17.30-19.30		
Аквааэробика/Дудин	14 и старше	ул. Лухмановская, д. 19А, ФОК "Альбатрос"	20.00-20.45		20.00-20.45				400 руб. /занятие	
Аквааэробика/ Стукалова	14 и старше						20.00-20.45		400 руб. /занятие	
Оздоровительное плавание/Дудин	7-10 лет		16.15-17.00		16.15-17.00	16.15-17.00		17.00-17.45	250 руб./45 мин.	
	11-17 лет		17.45-18.30		17.45-18.30	17.45-18.30			250 руб./45 мин.	
	7-17 лет		19.15-20.00		19.15-20.00	19.15-20.00			250 руб./45 мин.	
	7-17 лет								250 руб./45 мин.	
Оздоровительное плавание/Салманов	7-10 лет			16.15-17.00		17.00-17.45	16.15-17.00	17.45-18.30	250 руб./45 мин.	
	11-17 лет			17.45-18.30		18.30-19.15	17.45-18.30		250 руб./45 мин.	
	7-17 лет			19.15-20.00			19.15-20.00		250 руб./45 мин.	
Оздоровительное плавание/ Стукалова	7-10 лет		17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45		17.00-17.45		250 руб./45 мин.	
	11-17 лет	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15		18.30-19.15		250 руб./45 мин.		
Аэробика (Пилатес)	16 лет и ст.	ФОК "Атлант-Гольяново" ул. Уральская 19а	20.00-21.00		20.00-21.00		20.00-21.00		200 руб./ 1 час ( до 18 лет), 400 руб./час - занятие для взрослых	
Аэробика (Шейпинг)	16 лет и ст.		21.00-22.00		21.00-22.00		21.00-22.00			
Аэробика (Фитбол)	16 лет и ст.			18.00-19.00		17.00-18.00			200 руб./ 1 час - ( до 18 лет), 400 руб./час - занятие для взрослых	
ОФП (современные танцы)	6-10 лет						11.30-12.30			
	11 лет и ст.						10.00-11.00			
ОФП (подготовка к ГТО)	6 и ст.						17.00-18.30		200 руб./1 час- (льготники) 400 руб./час - занятие для взрослых	
Теннис	16 и ст.		19.30-21.30	19.30-21.30		19.30-21.30				
Тхеквандо	7-14 лет		12.00-14.00		12.00-14.00		12.00-14.00		200 руб./ 1 час - ( до 18 лет),	
Футбол	14-16 лет		16.30-18.00		16.30-18.00		16.30-18.00		200 руб./ 1 час - ( до 18 лет),	
	Взрослые						21.00-22.00		400 руб./час - занятие для взрослых	
ОФП/Вольная борьба	6-9 лет	ул. Б.Косинская, д.5-а, ФОК "Атлант-Косино"		17.00-18.00		17.00-18.00	15.30-16.30		200 руб./ 1 час ( до 18 лет)	
	10 -15 лет			18.00-19.30		18.00-19.30	16.30-18.00			