

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ФСР
_____ А.А. Кравченко

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ "ЦФКиС ВАО г.Москвы"
Москомспорта
_____ В.С. Пиляев

РАСПИСАНИЕ
работы платных секций ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы" Москомспорта
май 2021 г.

Название секции	Категория занимающихся	Место проведения занятий Адрес	Время проведения занятий						Стоимость	
			пн.	вт.	ср.	чт.	пт.	сб.		вс.
ОФП	6- 13 лет	ул. Молостовых, д.10Д, ФОК "Одиссей"	18.00-19.00		17.00-18.00					200 руб./ 1 час (до 18 лет)
Атлетическая гимнастика/ Тренажёрный зал	14-64 лет			19.00-21.00	19.30-22.30	17.00-21.00				400 руб./час - взрослые; 200 руб./час-дети и льготные категории
ОФП/бадминтон	7-10 лет			14.00-15.00		14.00-15.00				200 руб./ 1 час (до 18 лет)
	11-15 лет			15.00-16.00		15.00-16.00				
Флорбол	Взрослые			20.00-21.00		21.00-22.00				400 руб./час - взрослые; 200 руб./час-дети и льготные категории
	Взрослые			21.00-22.00		22.00-23.00				
ОФП с элементами акробатики	5-10 лет				17.00-18.00	18.00-19.00		18.00-19.00		
Обучение плаванию с тренером	7-13 лет	ФОК "Олимпия", ул. Фрязевская, д.13а	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15	15.30-16.15		10.15-11.00	250 руб./45 мин., 8 занятий /2000руб
			17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45	16.15-17.00	17.00-17.45	
			17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30			
			18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15			
			19.15-20.00		19.15-20.00					
	взрослые		20.45-21.30					9.30-10.15	взрослые 400 руб./ 45 минут	
Свободное плавание	от 7 лет и старше		7.15-13.15 14.00-22.15	07.15-11.00 11.45.-13.15 14.00-17.00 18.30-22.15	07.15-13.15 14.00-17.00 18.30-22.15	07.15-11.00 11.45-13.15 14.00-17.00 19.15-22.15	7.15-13.15 14.00-17.00 18.30-22.15	9.30-13.15 14.00-20.45	9.30-13.15 14.00-20.45	250 руб./45 мин. - для взрослых; взрослый+ребёнок=300 руб./45мин
				11.00-11.45 20.00-20.45		11.00-11.45 20.00-20.45			12.30-13.15	взрослые 400 руб./ 45 минут
ОФП - Футбол	5-7 лет	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"		17.00-18.00		17.00-18.00				200 руб/час
ОФП-Худ. Гимнастика	5-7 лет			17.00-18.00		17.00-18.00				200 руб/час
ОФП- Бокс	8-13 лет			16.30-17.30					16.00-17.00	200 руб/час
ОФП-Бокс	14-18 лет					16.30-17.30			17.00-18.00	200 руб/час

ОФП -Бокс	10-15 лет	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"	17.00-20.00		17.00-20.00		17.00-20.00			200 руб/час	
ОФП -Бокс	10-15 лет			17.30-20.30		17.30-20.30				200 руб/час	
ОФП -Бокс	18 лет и старше			20:00-21.00		20:00-21.00		20:00-21.00		400 руб/час	
ОФП- Бокс	18 лет и старше			20.30-22.30		20.30-22.30				400 руб/час	
ОФП -Танцы	5-7 лет							12.00-13.00		200 руб/час	
ОФП- Танцы	18 лет и старше							13.00-14.00		400 руб/час	
ОФП-Детский фитнес	5-7 лет			17.00-18.00		17.00-18.00				200 руб/час	
Обучение плаванию с тренером	7-10 лет	ФОК "Альбатрос" ул. Лухмановская, д. 19 А,	16.15-17.00		16.15-17.00				250 руб /45 мин		
	11-17 лет					17.00-17.45	12.30-13.15	250 руб /45 мин			
	7-17 лет		17.45-18.30		17.45-18.30				250 руб /45 мин		
	7-17 лет		19.15-20.00		19.15-20.00				250 руб /45 мин		
Акваэробика	от 14 лет			20.00-20.45		20.00-20.45			400 руб/45 мин. 8 занятий /3200, 4 занятия /=1600 руб		
Обучение плаванию с тренером	7-10 лет				16.15-17.00		17.00-17.45	16.15-17.00		250 руб /45 мин	
	11-17 лет				17.45-18.30		18.30-19.15	17.45-18.30		250 руб /45 мин	
Обучение плаванию с тренером	7-10 лет				17.00-17.45		16.15-17.00	17.00-17.45	17.00-17.45	250 руб /45 мин	
	11-17 лет				18.30-19.15		17.45-18.30	18.30-19.15	18.30-19.15	250 руб /45 мин	
	11-17 лет						19.15-20.00			250 руб /45 мин	
Свободное плавание	от 7 до 64 лет			07.15-13.15	07.15-13.15	08.00-13.15	07.15-13.15	07.15-13.15	9.30-10.15	8.45-13.15	250 руб./45 мин. - для взрослых; взрослый+ребёнок=300 руб./45мин
				16.15-22.15	15.30-22.15	17.45-22.15	14.00-22.15	14.45-15.30	11.00-13.15	14.00-20.45	
				14.00-14.45	14.00-14.45	14.00-15.30		16.15-22.15	14.00-14.45		
									15.30-20.45		
ОФП С элементами Каратэ/ Левкин	7-14 лет			19.00-20.00		19.00-20.00		19.00-20.00	18.00-19.00	200 руб /час	
	взрослые			20.00-21.00		20.00-21.00		20.00-21.00	19.00-20.00	400 руб /час	
Акваэробика / Тришкина	взрослые	ул. Молостовых, д.10А, ФОК "Касатка"	20.00-20.45		10.15-11.00		20.00-20.45			400 руб/45 мин. 8 занятий /3200, 4занятия /=1600 руб	
Акваэробика / Ткаченко	взрослые				20.00-20.45		20.00-20.45		11.00-11.45		
Начальное обучение плаванию	7-14 лет			16.15-19.15	17:00-17:45	17.00-19.15	17:00-17:45	16.15-19.15	15.30-18.30		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000
	7-14 лет				15.30-17.45		15.30-19.15		17.45-20.00		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000
	7-14 лет				19.15-20.00		19.15-20.00				250 руб./45 мин, 8 занятий /2000
	7-14 лет										

	7-14 лет	ул. Молостовых, д.10А, ФОК "Касатка"		17.45-20.00		19.15-20.00				250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
Оздоровительное плавание с элементами синхронного плавания	7-10 лет		19.15-20.00		18.30-20.00		17.45-20.00				250 руб./45 мин, 8 занятий /2000
Свободное плавание (семейное)	от 7 лет и взрослые		7.15-13.15	7.15-13.15	7.15-13.15	7.15-13.15	7.15-13.15	09.30-13.15	09.30-13.15	250 руб./45 мин. для 1 взрослого; 1взр.+1реб.-300р. 2 взр.+1реб.-500р.; 2 взр.+2реб.-600р.	
				16.15-17.00	15.30-17.00	16.15-17.00					
			18.30-19.15	17.45-18.30	17.45-19.15		14.00-17.00				
			17.45-22.15	20.00-22.15	19.15-22.15	20.00-22.15	17.45-22.15	17.45-21.30	14.00-20.45		
ОФП с эл. Баскетбола	6-11 лет	ул. Косинская д. 12 Б, ССОК "Новое поколение Вешняки"			14.00-15.00		14.00-15.00			200 руб / час	
	6-11 лет				15.00-16.00		15.00-16.00	15.00-16.30		200 руб /час	
	6-11 лет				18.00-19.30		18.00-19.30	16.30-18.00		200 руб /час	
ОФП с элементами Большого Тенниса	18 и старше								13.00-14.00	400 руб / час	
	18 и старше								14.00-16.00	400 руб / час	
	8-11 лет			16.00-17.00		16.00-17.00				200 руб /час	
	4-8 лет							08.30-10.00		200 руб /час	
	8-11 лет							10.00-11.30	11.00-12.00	200 руб /час	
	8-11 лет							12.00-13.00		200 руб /час	
Обучение плаванию с тренером ББ	7-17 лет		ул. Косинская д. 12 Б, ССОК "Новое поколение Вешняки"		15.30-16.15		15.30-16.15		15.30-16.15		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000
	7-17 лет	16.15-17.00			16.15-17.00		16.15-17.00			250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
	7-17 лет	17.00-17.45		17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45	17.00-17.45		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
	7-17 лет	17.45-18.30		17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30	17.45-18.30		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
	7-17 лет	18.30-19.15		18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15	18.30-19.15		250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
	взрослые			19.15-20.00		19.15-20.00		19.15-20.00		400 руб./45 мин, 8 занятий /3200	
	7-17 лет	19.15-20.00			19.15-20.00		19.15-20.00			250 руб./45 мин, 8 занятий /2000	
Аквааэробика	14 и старше		20.00-20.45		20.00-20.45		20.00-20.45		400 руб./45 мин, 8 занятий /3200		
Оздоровительное плавание Родитель + ребенок МБ	3-6 лет и взрослые						09.45-10.30		взрослый+ребёнок=300 руб./45мин		
							18.30-19.15				

Обучение плаванию с тренером МБ	5-6 лет	ул. Косинская д. 12 Б, ССОК "Новое поколение Вешняки"						17.45-18.30	250 руб./45 мин, 8 занятий /2000		
	Дети (6-11 лет)			15.30-16.15		15.30-16.15		15.30-16.15			
			16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00				
			17.00-17.45		17.00-17.45		17.00-17.45				
Свободное плавание (семейное) ББ	от 7 лет и взрослые		07.15-13.15	07.15-11.45	07.15-13.15	07.15-11.45	07.15-13.15	08.45-13.15	250 руб./45 мин. - для взрослых; взрослый+ребёнок=300 руб./45мин		
			15.30-17.00	12.30-13.15	15.30-17.00	12.30-13.15	14.00-14.45				
			17.45-18.30	14.00-15.30	17.45-18.30	14.00-15.30	15.30-17.00				
							17.45-18.30				
			19.15-22.15	16.15-22.15	19.15-22.15	16.15-22.15	19.15-22.15	14.00-21.30		14.00-21.30	
Аэробика (Пилатес)	16 и ст.	ФОК "Атлант Гольяново" ул. Уральская, д. 19 А,	20.00-21.00		20.00-21.00		20.00-21.00		200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых		
Аэробика (Шейпинг)	16 и ст.		21.00-22.00		21.00-22.00		21.00-22.00				
Аэробика (Силовая тренировка)	16 лет и ст.			20.00-21.00		20.00-21.00					
Аэробика (Степ)	16 и ст.			21.00-22.00		21.00-22.00					
Аэробика (Пилатес)	16 и ст.			19.00-20.00		19.00-20.00					
Аэробика (Дэнсмикс)	16 и ст.			18.00-19.00				14.00-15.00			
Аэробика (Стрейчинг)	16 и ст.					18.00-19.00					
ОФП/ Спортивные танцы	7-12 лет			15.00-16.00		15.00-16.00				200 руб.-разовое занятие(до 18 лет)	
ОФП с эл. Мини-футбола	Взрослые					21.30-23.00		16.30-18.00		400 руб./час - занятие для взрослых	
ОФП с эл.Тенниса	6-9 лет			14.00-15.00				18.00-19.00		18.00-19.00	200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых
	10-15 лет				15.00-16.00		15.00-16.00	19.00-20.00		19.00-20.00	
	Взрослые						21.00-22.00	20.00-21.00		20.00-21.00	
ОФП с эл.Тхэквондо / Черкасов Дмитрий Владимирович	8-13 лет			19.00-20.00		19.00-20.00		19.00-20.00			200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых
	6-12 лет		18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00				
	Взрослые		21.00-22.00		21.00-22.00		21.00-22.00				

	14 лет и ст.		20.00-21.00		20.00-21.00		20.00-21.00			
ОФП с эл.Флорбола	4-5 лет				17.00-18.00		17.00-18.00	12.00-13.00		200 руб./ час - до 18 лет
	6-9 лет				16.00-17.00			13.00-14.00	12.00-13.00	
	9-11 лет						16.00-17.00	14.00-15.00	13.00-14.00	
ОФП (Айкидо)	16+	ул. Большая Косинская, д.5А, ФОК "Атлант Косино"		19.30-21.30		19.30-21.30				200 руб./ 1 час - (до 18 лет), 400 руб./час - для взрослых
ОФП (Айкидо)	6-9 лет			15.30-17.00		15.00-16.30				
ОФП (Айкидо)	12-16 лет				16.30-18.00		16.30-18.00			
ОФП (Джиуджитсу)	11-16 лет							11.00-12.00		200 руб./ 1 час - (до 18 лет)
Бокс	дети	ФОК "Акулово" г. Москва п.Акулово д.27	15.00-16.00		15.00-16.00		17.00-18.00			200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых
	взрослые		18.00-22.00		18.00-22.00		18.00-22.00			
Каратэ	дети			18.00-19.00		18.00-19.00				200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых
	взрослые			19.00-21.00		19.00-21.00				
Настольный теннис	дети			17.00-18.00		17.00-18.00		17.00-18.00		200 руб./ час - до 18 лет 400 руб./ час - занятие для взрослых
	взрослые			18.00-21.00		18.00-21.00		18.00-21.00		

