

**Режим занятий обучающихся с 01.09.2023 г. по 31.12.2023 г.**

|   |                                    |   |   |   |   |   |  |
|---|------------------------------------|---|---|---|---|---|--|
| <b>Автономная некоммерческая организация «Спортивный клуб «Динамо» по плаванию»</b>                       |                                    |   |   |   |   |   |  |
| <b>Многофункциональный спортивный комплекс "Динамо",<br/>г. Москва, Ленинградское шоссе, д.39, стр.53</b> |                                    |   |   |   |   |   |  |
| <b>№</b>  | <b>Наименование</b>                | <b>Понедельник</b>  | <b>Вторник</b>  | <b>Среда</b>  | <b>Четверг</b>  | <b>Пятница</b>  | <b>Суббота</b>   |
| <b>п/п</b>  | <b>спортивного сооружения</b>      |   |   |   |   |   |  |
| 1   | плавательный бассейн<br>(50м)      | 07.00-08.30<br>08.30-10.45<br>15.15.-16.45<br>16.00-18.15 | 07.00-09.15<br>08.30-10.45<br>15.15.-16.45<br>16.00-18.15 | 07.00-08.30<br>08.30-10.45<br>15.15.-16.45<br>16.00-18.15 | 07.00-08.30<br>08.30-10.45<br>15.15.-16.45<br>16.00-18.15 | 07.00-08.30<br>08.30-10.45<br>15.15.-16.45<br>16.00-18.15 | 07.45-09.15<br>08.30-10.45<br>11.30-13.00<br>16.00-17.30 |
| 2   | зал спортивный                     | 07.30-08.30<br>10.00-11.00                                | 07.30-08.30   | 07.30-08.30<br>10.00-11.00                                | 07.30-08.30<br>10.00-11.00                                | 07.30-08.30<br>10.00-11.00                                | 10.30-11.30<br>13.00-14.00                               |
| 3   | тренажерный зал                    | 08.30-09.30<br>18.00-19.00                                | 10.00-11.00   | 08.30-09.30<br>18.00-19.00                                | 10.00-11.00   | 08.30-09.30<br>18.00-19.00                                | 07.30-08.30  |
| 4   | восстановительный<br>центр (сауна) | -   | -   | -   | -   | -   | 11.00-12.00<br>13.00-14.00                               |