

Фитнес клуб МОЛОДОСТЬ

Тихоокеанская 204 расписание с 9 февраля 2021г.

Ост. Завод Сплав, Памятник морякам, Дальэлектрон 9 этаж

Зал Йоги

Пн.	Вт	Ср	Чт.	Пт.	Сб.	Вск
9.00-10.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	запись на индивидуальные занятия	10.00-11.30 Йога для Спины Начинающие Ольга В.	9.00-10.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	11.30-13.00 Йога для Беременных Ирина Б. (запись)	9.00-11.00 Йога Усложненная Екатерина Р.	10.00-11.30 Йога для Спины Начинающие Ольга В.
12.00-13.30 МАМА Йога Ольга В. (запись)	11.00-12.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	12.00-13.00 Мягкая Йога Начинающие Наталья З. (запись)	12.00-13.30 МАМА Йога Ольга В. (запись)	11.00-12.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	11.00-12.30 Йога для Спины Начинающие Ольга В.	запись на индивидуальные занятия
запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	17.30-19.00 Йога Начинающие Михайлова Е. (запись)	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия
19.30-21.00 Йога для Спины Начинающие Нужная А.	19.00-20.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	19.00-20.30 Йога Женский класс Начинающие Михайлова Е.	19.30-21.00 Йога для Спины Начинающие Нужная А.	19.00-20.30 Йога Начинающие Екатерина Р.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

Зал Аэробики и Танцев

Пн.	Вт	Ср	Чт.	Пт.	Сб.	Вск
9.00-10.00 Стрейчинг Роза	запись на индивидуальные занятия	9.00-10.00 Стрейчинг Роза	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	9.00 – 10.00 Калланетика Роза	запись на индивидуальные занятия
запись на индивидуальные занятия	10:00-11:00 Pilates Mat Class Юлия С.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	10:00-11:00 Pilates Mat Class Юлия С.	10.00 – 11.00 Стрейчинг Роза	запись на индивидуальные занятия
19.00-20.00 Фитнес Аэробика кардио Юлия С.	19.00-20.00 Танцевальная Аэробика Моня	19.00-20.00 Стрейчинг Роза	19.00-20.00 Фитнес Аэробика кардио Юлия С.	19.00-20.00 Танцевальная Аэробика Моня	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия
20.00-21.00 Калланетика Роза	запись на индивидуальные занятия	20.00-21.00 Калланетика Роза	запись на индивидуальные занятия	20.00-21.00 Стрейчинг Роза	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

Молодежные направления 13-17 лет

Пн.	Вт	Ср	Чт.	Пт.	Сб.	Вск
запись на индивидуальные занятия	18.00-19.00 ЗЙ Молодежная йога 13-17 лет Екатерина Р.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия	18.00-19.00 ЗЙ Молодежная йога 13-17 лет Екатерина Р.	запись на индивидуальные занятия	запись на индивидуальные занятия

Администратор: Будние дни: с 10.00 – 20.00, суббота с 10.00 – 16.00

Тренажерный зал: Будние дни: с 10.00 до 21.00, суббота с 10.00 – 16.00

➤ Приглашаем детей 7-12 лет на продленку «Юная Леди» с 13:30 по 19:00 по будням, три-четыре секции в день, кулинарные мастер классы, полдник выполнение домашних заданий. Стоимость: 10 дней 6500р, 20 дней 9500р.

➤ Утренняя продленка «Юная Леди», 8:30-12:00, Стоимость: 10 дней 4500р, 20 дней 6500р.

Телефон
20-31-10
www.molodost-khv.ru
@molodost_khv
Филиал в Центре
Комсомольская 62,
70-53-53

Детский Центр МОЛОДОСТЬ

Тихоокеанская 204 расписание с 9 февраля 2021г.

Ост. Завод Сплав, Памятник морякам, «Дальэлектрон» 9 этаж

От 3-6 лет

Пн.	Вт	Ср	Чт.	Пт.	Сб.	Вск
17.30–18.15 ДЗ Развивающие занятия «Семь гномов» 3-5 лет Юлия С.	17.30–18.15 УЗ Развивающие занятия «Ломоносовская школа» 5-6 года Надежда К.	Набор группы 17:30-18.15 ДЗ Шахматно – шашечный клуб 5-7 лет Юлия С.	17.30–18.15 ДЗ Развивающие занятия «Семь гномов» 3-5 лет Юлия С.	17.30–18.15 УЗ Развивающие занятия «Ломоносовская школа» 5-6 года Надежда К.	10.15–11.00 ДЗ ИЗО студия 3-6 лет Ольга В.	запись на индивидуальные и логопедические занятия.
18.15–19.00 ЗТ Танцевальная ритмика 3-5 лет Юлия С.	18.15–19.00 ЗТ Основы Современного Танца 5-7 лет Моня	Набор группы 18.15–19.00 ЗТ Фитбол + Профилактика сколиоза и плоскостопия 5-7 лет Юлия С.	18.15–19.00 ЗТ Танцевальная ритмика 3-5 лет Юлия С.	18.15–19.00 ЗТ Основы Современного Танца 5-7 лет Моня	11.00–11.45 ЗТ Фитбол + Профилактика сколиоза и плоскостопия 3-6 лет Юлия С.	запись на индивидуальные и логопедические занятия
19.00–20.00 ДЗ ИЗО студия 3-5 лет Надежда К.	19.00–20.00 ДЗ ИЗО студия 5-7 лет Надежда К.	Набор группы 19.00–20.00 УЗ Подготовка к Школе 6-7 лет Надежда К.	19.00–20.00 ДЗ ИЗО студия 3-5 лет Надежда К.	19.00–20.00 ДЗ ИЗО студия 5-7 лет Надежда К.	11.45–12.30 ДЗ Развивающие занятия «Семь гномов» 3-4 лет Юлия С.	запись на индивидуальные и логопедические занятия
Набор группы 19.00–20.00 УЗ Английский Начальный ур. 5-7 лет Екатерина	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные и логопедические занятия	Набор группы 19.00–20.00 УЗ Английский Начальный ур. 5-7 лет Екатерина	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные и логопедические занятия

От 7-12 лет

Пн.	Вт	Ср	Чт.	Пт.	Сб	Вск
запись на индивидуальные и логопедические занятия	15.00–16.00 АЙКИДО 7-12 лет Роман (опл. отдельно).	запись на индивидуальные и логопедические занятия	15.00–16.00 АЙКИДО 7-12 лет Роман (опл. отдельно).	запись на индивидуальные и логопедические занятия	15.00–16.00 АЙКИДО 7-12 лет Роман (опл. отдельно).	запись на индивидуальные и логопедические занятия
Продлёнка 13.30–15.00 ДЗ Выполнение Домашнего Задания 7-12 лет Надежда К.	Продлёнка 13.30–15.00 ДЗ Выполнение Домашнего Задания 7-12 лет Надежда К.	Продлёнка 13.30–15.00 ДЗ Выполнение Домашнего Задания 7-12 лет Надежда К.	Продлёнка 13.30–15.00 ДЗ Выполнение Домашнего Задания 7-12 лет Надежда К.	Продлёнка 13.30–15.00 ДЗ Выполнение Домашнего Задания 7-12 лет Надежда К.	16.00–17.00 КОБУ-ДО 7-12 лет Роман (опл. отдельно)	запись на индивидуальные и логопедические занятия
Продлёнка 15.00–16.00 УЗ МК по Кулинарии и Ведению дом. хозяйства Андрей	15.00–16.00 ДЗ Английский Начальный 7-12 лет Екатерина	15.00–16.00 ЗТ Танцевальная студия Contemporary 7-12 лет Альвина	Продлёнка 15.00–16.00 УЗ МК по Кулинарии и Ведению дом. хозяйства Андрей	15.00–16.00 ДЗ Английский Начальный 7-12 лет Екатерина	15.30–17.00 ДЗ Мягкая Игрушка Надежда К.	запись на индивидуальные и логопедические занятия
16.00-17.30 УЗ Шахматы и Логические игры 7-12 лет Андрей	16.00–17.00 ДЗ ИЗО 7-12 лет Надежда К.	16.00–17.30 ДЗ Мягкая Игрушка Надежда К.	16.00-17.30 УЗ Шахматы и Логические игры 7-12 лет Андрей	16.00–17.00 ДЗ ИЗО 7-12 лет Надежда К.	17.00–18.30 ДЗ Бисероплетение 7-12 лет Надежда К.	запись на индивидуальные и логопедические занятия
17.30-18.30 ЗЙ Детская йога «Здоровые спинки» 7-12 лет Андрей	17.00–18.15 ЗТ Хип Хоп 7-12 лет Моня	17.30–19.00 ДЗ Бисероплетение 7-12 лет Надежда К.	17.30-18.30 ЗЙ Детская йога «Здоровые спинки» 7-12 лет Андрей	17.00–18.15 ЗТ Хип Хоп 7-12 лет Моня	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные и логопедические занятия
запись на индивидуальные занятия	18.15–19.00 ДЗ Бумагопластика 7-12 лет Надежда К	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные занятия	18.15–19.00 ДЗ Бумагопластика 7-12 лет Надежда К	запись на индивидуальные и логопедические занятия	запись на индивидуальные и логопедические занятия

ДЗ – детский зал; ЗЙ – зал йоги; ЗТ – зал танцев, УЗ – учебный зал

- выделено новое в расписании