

Утверждаю

Директор ООО "Спортивная школа

тхэквондо "ТАНГУН"

" " 2018 г

В.И. Воробьев

ООО «Спортивная школа тхэквондо "Тангун"», 623104, Свердловская обл., г. Первоуральск, ул.Папанинцев, 20

**БОЛЬШОЙ ЗАЛ**

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	возраст учеников
09.00-10.30	НП-1 (Воробьев П.В.)			НП-1 (Воробьев П.В.)				7-9 лет
10.00-11.15						"Йога-терапия"		
10.30-12.00	НП-2 (Карпов Н.Н.)		НП-2 (Карпов Н.Н.)		НП-2 (Карпов Н.Н.)			10 лет
12.00-13.15						"Здоровая спина" (под запись, не меньше 3-х человек)		
12.00-14.00	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	
15.00-16.30	НП-3 (Воробьев П.В.)	с 15:00 -16:00 Воробьев П.В. индив занятия		НП-3 (Воробьев П.В.)		Шилоносов М.А. индив занятия		7-9 лет
16.30-18.00	НП-4 (Карпов Н.Н.)	Воробьев П.В. индив занятия	НП-4 (Карпов Н.Н.)	Воробьев П.В. индив занятия	НП-4 (Карпов Н.Н.)	Общая группа (Воробьев П.В.)		10 лет
18.00-19.15		Хатха-йога "Сила и гибкость"		Хатха-йога "Сила и гибкость"		Хатха-йога "Сила и гибкость"		
18.30-20.00			ОФП-1 мужчины (Карпов Н.Н.)			ОФП-1 мужчины (Карпов Н.Н.)		11-12 лет и старше
20.00-21.30	НП-5 (Карпов Н.Н.)	НП-5 (Карпов Н.Н.)	ОФП-2 женщины (Чучман А.И.)	НП-5 (Карпов Н.Н.)	НП-5 (Карпов Н.Н.)	ОФП-2 женщины (Чучман А.И.)		11-12 лет и старше
21.30-23.00	ОФП-3	ОФП-4	ОФП-3	ОФП-4	ОФП-3	ОФП-4		
<b>МАЛЫЙ ЗАЛ</b>								
время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	возраст учеников
09.00-10.00								
10.00-11.00						СОГ-4 (Надеина Ю.Р.)		5 лет
11.00-12.00						СОГ-2 (Екатеринчук С.А.)		5 лет
12.00-13.00	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	санитарный час	
15.00-16.15	Хатха-йога для начинающих			Хатха-йога для начинающих				
17.00-18.00	СОГ-1 (Шилоносов М.А.)		Шилоносов М.А. индив занятия	СОГ-1 (Шилоносов М.А.)				4 года
18.00-19.00	СОГ-2 (Екатеринчук С.А.)	СОГ-3 (Шилоносов М.А.)	СОГ-4 (Надеина Ю.Р.)		СОГ-3 (Шилоносов М.А.)			5 лет
19.00-20.00	СОГ-5 (Чучман А.И.)	СОГ-6 (Карпов Н.Н.)	СОГ-7 (Чучман А.И.)	СОГ-5 (Чучман А.И.)	СОГ-6 (Карпов Н.Н.)	СОГ-7 (Чучман А.И.)		6 лет
20.00-21.30								
21.30-23.00								

В воскресенье проводятся внутренние (клубные) соревнования, аттестации, семинары.