

ПН | 28.11

ВТ | 29.11

СР | 30.11

ЧТ | 01.12

ПТ | 02.12

СБ | 03.12

ВС | 04.12

10:45 РАЗВИВАЙКА (1-3) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ				10:45 РАЗВИВАЙКА (1-3) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ		
	11:30 КРОХА (1,2-2) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	11:30 УМКА (2-3) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	11:30 КРОХА (1,2-2) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ		11:15 SMART PLAY (2-3) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	11:00 ФИЗКУЛЬТ УРА (3-6) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ
12:00 ЛОГОПУНКТ (4-6) Евгения Коробченко КАФЕ ЦЕХ		12:00 ЛОГОПУНКТ (4-6) Евгения Коробченко КАФЕ ЦЕХ			12:00 ХОРЕОГРАФИЯ (4-6) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	11:00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ ЛИДЕР (8-12) Максим Глуховской БАССЕЙН
12:00 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (2-3) Александра Свеженцева БАССЕЙН			12:00 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (2-3) Александра Свеженцева БАССЕЙН	11:30 АКВА-БЭБИ 1 (1,2-2) Александра Николаева БАССЕЙН	12:00 АКВА-БЭБИ 2 (2-3) Наталья Тубольцева БАССЕЙН	12:00 ФИТ-МИКС (7-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ
12:30 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (1,2-2) Александра Свеженцева БАССЕЙН			12:30 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (1,2-2) Александра Свеженцева БАССЕЙН	16:30 ФИЗКУЛЬТ УРА (3-6) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	13:00 ФИТ-ЖИМ (7-13) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	
13:00 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (0,3-1,2) Александра Свеженцева БАССЕЙН	16:00 ЦЕХ KICKBOXING KIDS (4-6) Валерия Босенко СТУДИЯ УМА	16:00 СЕКЦИЯ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ ФАВОРИТ (6-9) Дмитрий Звягинцев БАССЕЙН	13:00 СТУДИЯ АКВА-БЭБИ (0,3-1,2) Александра Свеженцева БАССЕЙН	17:00 СЕКЦИЯ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ ФАВОРИТ (6-9) Дмитрий Звягинцев БАССЕЙН		13:00 ФИТ-АКВА 1 (4-6) Вячеслав БАССЕЙН
16:00 СЕКЦИЯ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ ФАВОРИТ (6-9) Дмитрий Звягинцев БАССЕЙН	17:00 ЦЕХ BOXING KIDS (7-14) Алексей Дроздов СТУДИЯ УМА	16:30 я учусь ГОВОРИТЬ (4-6) Евгения Коробченко ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	16:00 ЦЕХ KICKBOXING KIDS (4-6) Валерия Босенко СТУДИЯ УМА	NEW 17:00 ЦЕХ АКВАРЕЛЬКА (3-7) Дарья Тимукова КАБИНЕТ ЦЕХ		
16:30 ФИЗКУЛЬТ УРА (3-6) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	NEW 17:00 ЦЕХ POLE SPORT KIDS (7-13 лет) Наталья Соловьева СТУДИЯ BROADWAY	17:00 ГИМНАСТИКА (3-6) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	17:00 ЦЕХ BOXING KIDS (7-14) Алексей Дроздов СТУДИЯ УМА	NEW 17:00 ЦЕХ POLE SPORT KIDS (7-13 лет) Наталья Соловьева СТУДИЯ BROADWAY	14:00, 14:45 ЦЕХ ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ (5-6) Заррина Шамахмедова КАФЕ ЦЕХ	13:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ
17:00 ЛОГОПУНКТ (4-6) Евгения Коробченко КАФЕ ЦЕХ	17:00 ЦЕХ HIP-HOP KIDS Яна Рубцова СТУДИЯ BROADWAY	17:00 ЛОГОПУНКТ (4-6) Евгения Коробченко КАФЕ ЦЕХ	17:00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ ЛИДЕР (8-12) Максим Глуховской БАССЕЙН	18:00 АКРОБАТИКА 3 (5-13) Полина Белоцерковская СТУДИЯ BROADWAY	14:00 ФИТ-АКВА 2 (7-10) Максим Глуховской БАССЕЙН	14:00, 14:45 ЦЕХ ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ (5-6) Заррина Шамахмедова КАФЕ ЦЕХ
18:00 ФИТ-БАЛАНС (7-13) Андрей Козырев СТУДИЯ ГП 2	NEW 17:00 АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (6-7) Мария Захарова КАФЕ ЦЕХ	NEW 17:00 ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК (8-13 ЛЕТ) Мария Матвеева СТУДИЯ ГП 2	18:00 ФИТ-АКВА 3 (11-14) Дмитрий Звягинцев БАССЕЙН	18:00 АЭРО-БОСУ (7-13) Андрей Козырев СТУДИЯ ГП 2		14:00 ШКОЛА ШПАГАТА (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ
18:00 ЦЕХ ФЕХТОВАНИЕ (6-13) Данила Рубцов СТУДИЯ ГП 3	17:30 ВЕСЕЛЫЙ МЯЧ (3-6) Андрей Козырев ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	18:00 STRETCH KIDS (7-13) Мария Захарова СТУДИЯ ГП 2	17:30 МАЛЕНЬКИЙ БУДДА (3-6) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	18:00 ЦЕХ ФЕХТОВАНИЕ (6-13) Данила Рубцов СТУДИЯ ГП 3		15:15 ФИТ-АКВА 3 (11-14) Алексей Петин БАССЕЙН
	18:00 ФИТ-МИХ (7-13) Андрей Козырев СТУДИЯ УМА	18:00 ЦЕХ ФЕХТОВАНИЕ (6-13) Данила Рубцов СТУДИЯ ГП 3	18:00 DANCE MIX (7-13) Андрей Козырев СТУДИЯ ГП 2	18:00 ФИТ-АКВА 1 (4-6) Дмитрий Звягинцев БАССЕЙН		
18:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Алина Кузьмина ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	18:00 ФИТ-АКВА 2 (7-10) Максим Глуховской БАССЕЙН	NEW 17:00 АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (8-10) Мария Захарова КАФЕ ЦЕХ	18:00, 18:45 ЦЕХ ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ (5-6) Заррина Шамахмедова КАФЕ ЦЕХ	18:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Алина Кузьмина ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	<p>ОРГАНИЗУЕМ ДЕТСКИЙ ПРАЗДНИК НА ВСЕ 100%</p> <p>100% FITNESS CENTER</p> <p>ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ</p> <p>БОЛЕЕ 25 СЦЕНАРИЕВ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАЗДНИКА ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД К КАЖДОМУ ИМЕНИННИКУ</p> <p>В БАССЕЙНЕ И НА СУШЕ, КАК В СКАЗКЕ – ДАЖЕ ЛУЧШЕ! УСТРОИМ, БЕЗ СОМНЕНИЯ, ОТЛИЧНЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ!</p> <p>ПОДРОБНОСТИ ПО ТЕЛ. 8-967-132-42-33 (АНДРЕЙ)</p>	
	18:00, 18:45 ЦЕХ ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ (5-6) Заррина Шамахмедова КАФЕ ЦЕХ		18:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	NEW 18:00 ЛЕПКА (3-7) Дарья Тимукова КАФЕ ЦЕХ		
19:00 ANTI GRAVITY KIDS PRO (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	18:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ		18:00 ЦЕХ СКИППИНГ START (5-13) (спортивная скакалка) Елена Астахова СТУДИЯ ГП 3	19:00 ANTI GRAVITY KIDS PRO (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ		
19:00 ЦЕХ ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (4-13) Алина Кузьмина СТУДИЯ ГП 2	18:00 ЦЕХ СКИППИНГ START (5-13) (спортивная скакалка) Елена Астахова СТУДИЯ ГП 3	19:00 ANTI GRAVITY KIDS START (4-13) Мария Захарова ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	19:00 ЦЕХ СКИППИНГ (7-13) (спортивная скакалка) Елена Астахова СТУДИЯ ГП 3	19:00 ЦЕХ ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (4-13) Алина Кузьмина СТУДИЯ BROADWAY		
	18:00 АКВА-ГРИМ ХОЛЛ ВОЗЛЕ ДЕТСКОЙ ИГРОВОЙ КОМНАТЫ	19:00 ЦЕХ ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (4-13) Алина Кузьмина СТУДИЯ ГП 2	NEW 19:00 АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК (11-14) Мария Захарова КАФЕ ЦЕХ	19:00 СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЫ (5-13) Полина Белоцерковская СТУДИЯ ГП 2		
	19:00 HAPPY BIRTHDAY КВЕСТ СТУДИЯ ГП 3	19:00 СОВРЕМЕННЫЕ ТАНЦЫ (5-13) Полина Белоцерковская СТУДИЯ ГП 3	19:00 МЕЧЕВОЙ БОЙ (6-13) Дмитрий Тулупов СТУДИЯ ГП 2	19:00 МЕЧЕВОЙ БОЙ (6-13) Дмитрий Тулупов СТУДИЯ УМА		
			20:00 МЕЧЕВОЙ БОЙ (14+) Дмитрий Тулупов ДЕТСКАЯ СТУДИЯ	20:00 МЕЧЕВОЙ БОЙ (14+) Дмитрий Тулупов СТУДИЯ УМА		

Занятия без дополнительной платы

ОТКРЫТЫЙ УРОК FREE
Студии 100% ЦЕХ Студии ЦЕХ Студии бассейн

Развивающие занятия

100fit.ru

fitness100

100fit

fitness100

8 495 970 14 14

СЕКЦИЯ	ВОЗРАСТ	НАПРАВЛЕНИЕ	ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ
РАЗВИВАЮЩЕЕ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ			
ANTIGRAVITY KIDS «МАЛЫШ+»	0,3-2	Специализированное занятие. Совместное занятие в гамаках мамы с малышом.	30 МИН.
РАЗВИВАЙКА	1-3	Курс из различных направлений для развития познавательных процессов у детей. В цикл входят программы по изучению окружающего мира, математике и др.	30 МИН.
ТОП-ХЛОП	1-3	Занятия по ритмике, танцам для детей раннего возраста. Данную студию могут посещать дети как члены клуба, так и нет.	30 МИН.
ЛОГОПУНКТ	4-6	Коррекция произношения и профилактика речевых нарушений у дошкольников: артикуляционная и пальчиковая гимнастика, постановка правильного произношения звуков, обогащение словарного запаса, закрепление полученных навыков.	45 МИН.
ПОДГОТОВКА К ШКОЛЕ	4-6	Занятия учат ребёнка мыслить, развивают память. Идёт подготовка к школьной программе. Занимательные ребусы, сопоставление предметов и чисел, головоломки и нестандартные решения каких-либо задач помогут вызвать интерес у вашего ребёнка к науке.	45 МИН.
СПОРТИВНОЕ			
АКРОБАТИКА 1 / 2 / 3	2-3 / 4-6 / 7-13	Этот спорт развивает координацию движений, смелость и решительность. Акробатика также способствует формированию правильной осанки, совершенствованию вестибулярного аппарата (равновесия, ориентирования в пространстве при любом положении тела).	30 / 60 / 55 МИН.
ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА 1 / 2 / 3	4-6 / 7-13	Художественная гимнастика больше, чем спорт – это искусство. Художественная гимнастика учит соблюдать правила эстетического поведения, формирует понятия о красоте тела, воспитывает вкус, музыкальность. Занятия способствуют развитию и укреплению всего опорно-двигательного аппарата, а повышенная эластичность и растяжимость тканей позволяет избежать многих травм в повседневной жизни. Физические нагрузки сопровождаются развитием гибкости, чувства ритма, координации движений, пластики.	55 МИН.
ШКОЛА ШПАГАТА	5-13	Занятие направлено на формирование правильной осанки, эластичности мышц, развитие координации и ловкости. Гибкость помогает в танцах, йоге, акробатике, боевых искусствах.	55 МИН.
СКИППИНГ	7-13	Тренировка направлена на улучшение физических способностей с использованием скакалки и акробатических элементов. Прыжки со скакалкой прорабатывают все группы мышц. Отличная кардио и силовая тренировка. Улучшает координацию и мыслительную деятельность.	55 МИН.
ФЕХТОВАНИЕ	7-13	Один из древнейших видов спорта, главной задачей которого является нанесение уколов сопернику посредством атак и защиты различным фехтовальным оружием, пользуясь своим интеллектом и реакцией. Занятие в мини группах.	55 МИН.
МЕЧЕВОЙ БОЙ	6-13	Современный мечевой бой продолжает историческую традицию доблестного и честного турнирного поединка на мечах, включавшего «рубящую» технику боя клинковым оружием и основанного на взаимном уважении соперников. При этом используется безопасный спортивный инвентарь: «спортивный меч», «спортивный щит» и «спортивный двуручный меч», которые изготовлены по специальной технологии из полимерных материалов. Это молодой, но очень перспективный вид спорта, который развивает интеллект, силу, ловкость, выносливость, баланс и координацию движений.	55 МИН.
КИКБОКСИНГ	ДО 14	Кикбоксинг для детей позволяет развивать не только тело, но и дух, отвечая за дисциплинированность, самоконтроль и устойчивость психического здоровья ребенка. Также тренировка по кикбоксингу формирует физическую, нравственную и культурную стороны жизни ребенка.	55 МИН.
ANTIGRAVITY	5-7 / 7-14	Занятие на базе классической йоги. Упражнения выполняются в специальных шелковых гамаках, закрепленных на потолке. Если ребенка трудно заинтересовать другими видами активности, предложите ему антигравити. Занятия даже со стороны выглядят захватывающе и интересно, а участвовать в них увлекательно вдвойне! Антигравити способствует правильному формированию опорно-двигательного аппарата, развивает гибкость и баланс, придает уверенности в себе. Результат - счастливый, здоровый и уравновешенный ребенок!	55 МИН.
ТАНЦЕВАЛЬНОЕ			
УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 1 / 2	4-6 / 7-13	Самый модный и популярный тренд. Прекрасно развивают координацию движений, чувство ритма и пластику. На занятиях идёт постановка номеров для участия в танцевальных турнирах.	55 МИН.
ШКОЛА ТАНЦА 1 / 2 / 3	3-6 / 7-8 / 9-13	Танцевальное направление, которое помогает научиться свободно двигаться под музыку, импровизировать, запоминать и исполнять хореографию. Включает изучение техник контемпорари, работу с полом, использование акробатических элементов в танце, партнеринг.	55 МИН.
ШКОЛА БАЛЕТА 1 / 2 / БАЛЕТ С 2-Х ЛЕТ	3-6 / 7-14 / 2-3	Обучение классическому танцу. Детская хореография.	30 / 45 / 55 МИН.
ТИК-ТОК DANCE	3-6 / 7-14	Благодаря TikTok танцы стали не только способом самовыражения, но и средством общения. Мы научимся создавать эффектные танцевальные видеоролики, делиться ими с другими блогерами и оценивать их творческие успехи, освоим новые танцевальные техники. Главное правило – это отсутствие правил! Главное - необычные движения, рожденные фантазией и креативностью! Элементы Shuffle dance, Tutting, Hip Hop и многих других уличных направлений помогут создавать отличные профессиональные танцевальные видео.	45 МИН.
БАССЕЙН			
СТУДИЯ АКВА-БЕБИ	0,2-1,2 / 1,2-2	Знакомство детей с водной средой, закаливание. Совместное занятие детей с родителями.	30 МИН.
СЕКЦИЯ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ ФАВОРИТ	6-9	Обучение технике плавания. Спортивная тренировка, подготовка к соревнованиям.	55 МИН.
СЕКЦИЯ СПОРТИВНОГО ПЛАВАНИЯ ЛИДЕР	8-12	Обучение технике плавания. Спортивная тренировка, подготовка к соревнованиям.	55 МИН.