

ПРИГЛАШАЕТ МБУДО СДЮСШОР «ФАКЕЛ»

ПЛАВАТЕЛЬНЫЙ БАССЕЙН

Сеансы оздоровительного плавания - 1 сеанс (40 минут)

Утренние сеансы:

Понедельник-пятница - 8.45, 9.30, 10.15, 11.00, 11.45.

Понедельник-четверг - 07.10.

Суббота - 8.00, 8.45, 9.30, 10.15, 11.00, 11.45

Вечерние сеансы:

Понедельник-18.30, 19.15, 20.00, 20.45, 21.30

Вторник - 18.30, 20.00, 20.45, 21.30

Среда - 18.30, 19.15, 20.45, 21.30

Четверг - 18.30, 20.00, 20.45, 21.30

Пятница - 18.30, 20.00, 20.45, 21.30

Суббота - 18.30, 19.15, 20.00, 20.45, 21.30

Воскресенье - 9.00, 9.45, 10.30, 11.15, 12.45, 13.30, 14.15. 15.00, 15.45, 16.30, 17.15, 18.00, 18.45.

Прейскурант цен:

Взрослые:

- одноразовое посещение – 180 руб.
- абонемент на 4 посещения – 680 руб.
- абонемент на 8 посещений– 1 280 руб.

Дети, студенты дневного отделения, инвалиды, участники ЧАЭС, боевых действий:

- одно разовое посещение – 150 руб.
- абонемент на 4 посещения – 580 руб.
- абонемент на 8 посещений – 1 160 руб.
- групповое занятие с тренером (дети) -170 руб.

Неработающие пенсионеры:

В будни дни с 8.00 до 12.25 часов:

- одно разовое посещение – 150 руб.
- абонемент на 4 посещения – 580 руб.
- абонемент на 8 посещений – 1 160 руб.

- Утренние сеансы (с понедельника по субботу) и в воскресенье— льготные сеансы для неработающих пенсионеров!!!

Аквааэробика: 1 сеанс (40 минут) –

- одноразовое посещение – 220 руб.
- абонемент на 4 посещения – 820 руб.

Расписание занятий: (Тел. администратора 4- 21- 12)

Тренер - Садыкова Ольга: Среда - 20.00 - 20.40; Суббота — 12.30-13.10.

Тренер - Лысенко Ирина: Четверг - 19.15-19.55; Воскресенье— 12.00-12.40.

Тренер - Лысенко Елена: Вторник — 19.15 – 19.55; Пятница—19.15—19.55.

Расписание занятий групп ОФП и аэробики:

1. Тренер — Дряхлёнкова Наталья

Классика, силовая, пилатес: Пон., среда, пятница - 18.30-19.10.

2. Тренер — Лысенко Ирина

Степ, пилатес: Вторник—18.30-19.10 четверг - 18.15-18.55

3. Тренер — Садыкова Ольга

Портдебра (здоровая спина): Среда — 19.00-19.40 суббота - 11.30-12.10

4. Тренер — Совалкова Лариса

ОФП, функциональный тренинг, предметы: Пон., среда, пятница —09.00-19.40

С предметами и без предметов: Вторник — 19.00-19.40 Пятница — 19.15-19.55

Йога: Вторник, четверг — 09.00-10.00 Среда — 19.15-20.15

5. Тренер — Строкина Галина

ОФП—пенсионеры: Понедельник, четверг — 10.00-10.40

6. Тренер — Фомина Ольга

Женщины 50+: футбол, суставная аэробика Вторник, пятница — 10.00-10.40

7. Тренер — Чернавская Наталья

Силовая аэробика: Четверг — 19.20-20.00

Занятие в зале аэробикой (группа ОФП с 1 человека за 1 занятие)

Продолжительность занятия 40/60 минут.

Взрослые

- одноразовое посещение – 140/160 руб.
- абонемент на 4 посещения – 540/620 руб.
- абонемент на 8 посещений –1000/1 160 руб.

Дети, студенты дневного отделения, инвалиды:

- одноразовое посещение – 120/150 руб.
- абонемент на 4 посещения – 460/560 руб.
- абонемент на 8 посещений – 900/1 080 руб.

Тел. администратора 4- 21- 12

Игра в зале 1 час (футбол, волейбол, баскетбол):

- в будние дни с 7.00 до 14.00 часов – 610 руб.;
- в будние дни с 14.00 до 22.00 часов и в выходные дни – 760 руб.

Игра в зале 1 час (теннис):

- в будние дни с 7.00 до 14.00 часов – 460 руб.;
- в будние дни с 14.00 до 22.00 часов и в выходные дни – 560 руб.

Игра в зале 1 час (бадминтон, настольный теннис):

- в будние дни с 7.00 до 14.00 часов - 130 руб.;
- в будние дни с 14.00 до 22.00 часов и в выходные дни – 160 руб.

ОФП с элементами подвижных игр 1 час с инструктором (с 1 человека):

- вторник, четверг с 18.00 до 19.00 часов Дети – 150 руб.

Инструктор - Мурашов А.А.

Тел. администратора 6-65-78, 6-65-08

ПРИГЛАШАЕТ МБУДО СДЮСШОР «ФАКЕЛ»

КАТОК

Время работы:

Пятница - с 18.00 - 21.00 часов;

Суббота - с 18.00 - 21.00 часов;

Воскресенье - 13.00 - 21.00 часов.

Входной билет:

- 100 руб. (взрослый)
- 50 руб. - (многодет. по удостоверению)
- 50 руб. (детский, до 14 лет),
- дети до 5 лет - бесплатно

Прокат инвентаря (стоимость за 1 час):

Коньки фигурные— 100 руб.

Коньки хоккейные— 100 руб.

**Обязательное наличие документа, удостоверяющего личность
кон. тел. 4-21-09**

ЛЫЖНАЯ БАЗА

Местонахождение: г. Лесной, Хвойный проезд 1, Автобус № 4 до остановки «Лыжная база»

Время работы:

Вторник – воскресенье (понедельник - выходной):

Касса с 9.00 до 15.00 часов

Лыжная база (помещение) с 9.00 до 17.00 часов ежедневно

Дистанции: 1 км, 2,5 км, 5 км.

Работает буфет.

Прокат лыжного инвентаря:

- лыжи детские - 40 руб.
- лыжи деревянные - 70 руб.
- лыжи полупластиковые - 120 руб.
- лыжи пластиковые - 150 руб.
- палки алюминиевые - 20 руб.
- палки титановые и углепластиковые -30 руб.

Хранение лыжного инвентаря - 15 руб. (в сутки)

**Обязательное наличие документа, удостоверяющего личность
кон. тел. 6-79-68**