

Расписание занятий в зале единоборств (стадион "Торпедо")

часы дни	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00
Понедельник			Фитнес Иноземцева И.Е.						Добрый час			Проветривание	Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				Проветривание	Айкидо СК "Мусуби" (предоставление зала)			
Вторник													ОФП (группа НП рук бой) Бурасов В. М.	Рукопашный бой (группа 2016-2013 г.р.) Бурасов В. М.			Проветривание	Рукопашный бой (группа 2012-2006 г.р.) Бурасов В. М.		Проветривание	Русская община (предоставление зала)				
Среда									Добрый час			Проветривание	Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				ОФП Романов (предоставление зала)				
Четверг													ОФП (группа НП рук бой) Малышев Н. Н.	Рукопашный бой (группа 2016-2013 г.р.) Малышев Н. Н.			Проветривание	Рукопашный бой (группа 2012-2006 г.р.) Малышев Н. Н.		Проветривание	Русская община (предоставление зала)				
Пятница									Добрый час			Проветривание	Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				Дзюдо МУ СШОР "Динамо-Дмитров" (безв. предоставление зала)				Проветривание	Айкидо СК "Мусуби" (предоставление зала)			
Суббота							ОФП (группа НП рук бой) Бурасов В. М.		Рукопашный бой (группа 2016-2013 г.р, группа 2012-2006 г.р) Малышев Н. Н.				Русская община (предоставление зала)												
Воскресенье							ОФП (группа НП рук бой) Круглов Р. Ю.		Рукопашный бой (группа 2016-2013 г.р, группа 2012-2006 г.р) Круглов Р. Ю.																
часы дни	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:15	20:00	20:30	21:00