



## ОДИНЦОВСКАЯ ШКОЛА ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ «МЕЧТА»

### РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ для ПРОДОЛЖАЮЩИХ

#### 2 ступень

дошкольники и младшие школьники,  
начавшие заниматься в прошлом году

Для учеников 2 ступени будут работать две группы: **2.1** пн / чт – 17:00 и **2.2** вт / пт – 18:00. Вы можете выбрать подходящий для Вашего ребенка режим тренировок: от 2 до 4 занятий в неделю (занятия в своей группе + в параллельной).

Занятия проходят в Зале «Есенин» (2 этаж, правое крыло, 246). Рядом с залом расположены раздевалки (235 – м, 236 – ж).

#### 3 ступень и выше

большой спортзал (1 этаж, №73)

	понедельник + четверг	вторник + пятница	среда + суббота
<b>19<sup>00</sup></b> <b>21<sup>00</sup></b>	6–4 кю (зелёный и синий пояс)	до 7 кю (белый, жёлтый, оранжевый пояс)	3 кю и выше (коричневый и чёрный пояс); <b>по субботам – с 18:00 до 20:00!</b>
<i>Ученики, выбравшие режим занятий 3 раза в неделю и чаще, могут посещать любые из перечисленных выше занятий с группой ниже своего уровня <b>в дополнение</b> к тренировкам своей основной группы. На всех тренировках белые и жёлтые пояса освобождаются в 20:00, оранжевые и зелёные пояса в 20:30, синие и выше – в 21:00.</i>			

*В расписании возможны изменения  
(информацию об изменениях смотрите на стендах и на сайте!)*



+7-(906)-053-31-00

[www.odink.ru](http://www.odink.ru)





## ОДИНЦОВСКАЯ ШКОЛА ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ «МЕЧТА»

### РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ для **НАЧИНАЮЩИХ от 3 до 8 лет**

Для работы с дошкольниками и младшими школьниками в наибольшей степени требуются комфортная обстановка и индивидуальный подход. Именно поэтому для детей **3-5 лет** и **6-8 лет** мы открываем группы с ограниченным количеством мест (до 12 человек). Занятия в группах будут проходить по следующему расписанию:

#### **3,5-5,5 лет:**

- 1.1. пн / чт – 18:00
- 1.2. вт / пт – 17:00

#### **6-8 лет:**

- 2.1. пн / чт – 17:00
- 2.2. вт / пт – 18:00

Возможно открытие дополнительных групп, в том числе в утреннее время. Вы можете выбрать подходящий для Вашего ребенка режим тренировок: от 2 до 4 занятий в неделю (занятия в своей группе + в параллельных). *Занятия состоятся при условии набора в группу 6 и более человек.*

Занятия проходят в Зале «Есенин» (2 этаж, правое крыло, 246). Рядом с залом расположены раздевалки (235 – м, 236 – ж).

*В расписании возможны изменения  
(информацию об изменениях смотрите на стендах и на сайте!)*



**+7-(906)-053-31-00**

**[www.odink.ru](http://www.odink.ru)**





## ОДИНЦОВСКАЯ ШКОЛА ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ «МЕЧТА»

### РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ для НАЧИНАЮЩИХ от 9 лет

Для школьников в возрасте от 9 до 15 лет занятия будут проходить по средам в 18:00 в Зале «Есенин» (2 этаж, правое крыло, 246, рядом с залом расположены раздевалки 235 – м, 236 – ж) и субботам в 17:00 в большом спортзале (1 этаж, №73).

**Взрослые** приглашаются на тренировки по вторникам и пятницам с 19:00 до 21:00. Тренировка будет начинаться в Зале «Есенин» (см. выше), в 20:00 группа переходит в большой спортивный зал на 1 этаже.

### ОДИНЦОВСКАЯ ШКОЛА ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ «МЕЧТА» РАСПИСАНИЕ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ

	3,5-5 ЛЕТ	6-8 ЛЕТ	9-15 ЛЕТ	16 ЛЕТ+		
	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
17:00	2.1	1.2		2.1	1.2	
18:00	1.1	2.2		1.1	2.2	
19:00						

*В расписании возможны изменения (информацию об изменениях смотрите на стендах и на сайте!)*



+7-(906)-053-31-00

[www.odink.ru](http://www.odink.ru)

