

Расписание работы ФОК с плавательным бассейном «Айюва» (ванна) с 14 сентября 2026 года ПОНЕДЕЛЬНИК

(каждый последний понедельник месяца санитарный день до 13:00)

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
1	08.15	09.30	«Золотой час» в рамках региональной программы «Активное долголетие» (пожилые люди)				
2	09.00	10.15	Свободное плавание				
3	09.45	11.00	Свободное плавание				
4	10.30	11.45	Свободное плавание				
	11.30	12.30	Санитарный час				
5	12.15	13.30	Свободное плавание (для людей с инвалидностью) в рамках программы «Я. Ты. Спорт»				
6	13.00	14.15	Свободное плавание				
7	13.45	15.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
8	14.30	15.45	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
9	15.15	16.30	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
10	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
11	16.45	18.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
	17.30	18.30	Санитарный час				
12	18.15	19.30	Свободное плавание				Обучение плаванию Апраксин А.А.
13	19.00	20.15	Свободное плавание				Обучение плаванию Апраксин А.А.
14	19.45	21.00	Свободное плавание				

ВТОРНИК

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
	06.00	07.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
1	08.15	09.30	«Золотой час» в рамках региональной программы «Активное долголетие» (пожилые люди)				
2	09.00	10.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
3	09.45	11.00	АКВААЭРОБИКА				
4	10.30	11.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	11.30	12.30	Санитарный час				
5	12.15	13.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е (для людей с инвалидностью) в рамках программы «Я. Ты. Спорт»				
6	13.00	14.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
7	13.45	15.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-1 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
8	14.30	15.45	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
9	15.15	16.30	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
10	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
11	16.45	18.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
	17.45	18.45	Санитарный час				
12	18.30	19.45	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция бокса (тренеры-преподаватели Кравцова Ю.В. и Андреев С.В.)				
13	19.15	20.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
14	20.00	21.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				

СРЕДА

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
	06.00	07.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
1	08.15	09.30	«Золотой час» в рамках региональной программы «Активное долголетие» (пожилые люди)				
2	09.00	10.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
3	09.45	11.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
4	10.30	11.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	11.30	12.30	Санитарный час				
5	12.15	13.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е (для людей с инвалидностью) в рамках программы «Я. Ты. Спорт»				
6	13.00	14.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
7	13.45	15.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
8	14.30	15.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
9	15.15	16.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
10	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
11	16.45	18.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
	17.45	18.45	Санитарный час				
12	18.30	19.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е			Групповое обучение плаванию (группа для взрослых) Апраксин А.А.	
13	19.15	20.30	АКВААЭРОБИКА				
14	20.00	21.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				

ЧЕТВЕРГ

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
	06.00	07.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
1	08.15	09.30	«Золотой час» в рамках региональной программы «Активное долголетие» (пожилые люди)				
2	09.00	10.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
3	09.45	11.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
4	10.30	11.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	11.30	12.30	Санитарный час				
5	12.15	13.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е (для людей с инвалидностью) в рамках программы «Я. Ты. Спорт»				
6	13.00	14.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
7	13.45	15.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-1 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
8	14.30	15.45	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
9	15.15	16.30	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания НП-2 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
10	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
11	16.45	18.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
	17.45	18.45	Санитарный час				
12	18.30	19.45	Групповое обучение плаванию (Апраксин А.А.)	РЖД (17 и _24_ сентября, 8 и 22 октября, 5 и _26_ ноября, 3 и 17 декабря)			
13	19.15	20.30	Групповое обучение плаванию (Апраксин А.А.)	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция футбола (тренер-преподаватель Куликов Д.В.)			
14	20.00	21.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				

ПЯТНИЦА

НОМЕР СЕАНС А	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
	06.00	07.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
1	08.15	09.30	«Золотой час» в рамках региональной программы «Активное долголетие» (пожилые люди)				
2	09.00	10.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
3	09.45	11.00	АКВААЭРОБИКА				
4	10.30	11.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	11.30	12.30	Санитарный час				
5	12.15	13.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е (для людей с инвалидностью) в рамках программы «Я. Ты. Спорт»				
6	13.00	14.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
7	13.45	15.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
8	14.30	15.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
9	15.15	16.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
10	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
	17.00	18.00	Санитарный час				
11	17.45	19.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
12	18.30	19.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е			Обучение плаванию Апраксин А.А	
13	19.15	20.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е			Обучение плаванию Апраксин А.А	
14	20.00	21.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				

СУББОТА

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
	07.30	09.00	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция плавания УТЭ-3 (тренер-преподаватель Апраксин А.А.)				
1	09.00	10.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция баскетбола (тренер- преподаватель Бойков Г.Е.)				
2	09.45	11.00	Мать и дитя (обучение плаванию детей с 3-х до 6-ти лет) Апраксин А.А.	С в о б о д н о е п л а в а н и е			
3	10.30	11.45	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция дзюдо (тренер-преподаватель Абащенко А.С., Абащенко А.Е.)				
4	11.15	12.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е			Групповое обучение плаванию (группа для взрослых) Апраксин А.А.	
5	12.00	13.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	13.00	14.00	Санитарный час				
6	13.45	15.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
7	14.30	15.45	День открытых дверей (для людей с инвалидностью)				
8	15.15	16.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е			МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция рукопашного боя (тренер- преподаватель Субботин К.В.)	
9	16.00	17.15	МБУДО «СШОР г. Сосногорска» - секция вольной борьбы (тренер-преподаватель Валиуллин Р.Р.)	С в о б о д н о е п л а в а н и е			
10	16.45	18.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
11	17.30	18.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
12	18.15	19.30	АКВААЭРОБИКА				
13	19.00	20.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
14	19.45	21.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				

ВОСКРЕСЕНЬЕ

НОМЕР СЕАНСА	ЗАХОД В РАЗДЕВАЛКИ	ВЫХОД В ФОЙЕ	ПЕРВАЯ ДОРОЖКА	ВТОРАЯ ДОРОЖКА	ТРЕТЬЯ ДОРОЖКА	ЧЕТВЕРТАЯ ДОРОЖКА	ПЯТАЯ ДОРОЖКА
1	09.00	10.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
2	09.45	11.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
3	10.30	11.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
4	11.15	12.30	АКВААЭРОБИКА				
5	12.00	13.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
6	12.45	14.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
	13.45	14.30	Санитарный час				
7	14.15	15.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
8	15.00	16.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
9	15.45	17.00	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
10	16.30	17.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
11	17.15	18.30	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
12	18.00	19.15	С в о б о д н о е п л а в а н и е				
13	18.45	20.00	АКВААЭРОБИКА				
14	19.30	20.45	С в о б о д н о е п л а в а н и е				