

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Инструктор Групповых программ. Базовый уровень. Курс выходного дня.

Место: клуб ФХ на Гашека. Ул. Ярослава Гашека д.17 А

| Суббота | Воскресенье |
|--|--|
| 8 июня | 9 июня |
| 10.00-16.00 Охримчук Мария Введение в специальность. Работа с музыкой. Аэробика. Степ- аэробика (изучение базовых шагов) | 10.00-16.00 Охримчук Мария Степ-аэробика (изучение модификаций базовых шагов) |
| Суббота | Воскресенье |
| 15 июня | 16 июня |
| 10.00-16.00 Охримчук Мария Степ-аэробика (составление комбинаций) | 10.00-16.00 Охримчук Мария Степ-аэробика (построение урока) |
| Суббота | Воскресенье |
| 22 июня | 23 июня |
| 10.00-16.00 Охримчук Мария Степ- аэробика, силовые классы (анатомия, физиология) | 10.00-16.00 Охримчук Мария Силовые классы (анатомия, физиология) |
| <u>Теоретический тест. Практический зачет</u> <u>Степ</u> | |
| Суббота | Воскресенье |
| 29 июня | 30 июня |
| 10.00-16.00 Охримчук Мария Силовые классы (практика) | 10.00-16.00 Охримчук Мария Силовые классы (практика) |
| Суббота | Воскресенье |
| 6 июля | 7 июля |
| 10.00-16.00 Соснина Людмила Силовые классы (практика, построение урока), стретчинг (теория) | 10.00-16.00 Соснина Людмила Стретчинг (теория, практика) |
| <u>Теоретический тест</u> <u>Сила</u> | |
| Суббота | Воскресенье |
| 13 июля | 14 июля |
| 10.00-16.00 Соснина Людмила Стретчинг (подготовка к экзамену) Силовые классы (курсовая работа) | 10.00-16.00 Соснина Людмила Степ-аэробика (курсовая работа) |
| <u>Теоретический тест Стретчинг.</u> <u>Практический зачет Сила, Стретчинг</u> | |
| Суббота | Воскресенье |
| | 28 июля |
| <u>Экзамен 13.00 Клуб на Краснопутиловской</u> | |