**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель начальника УЭЗиС

ООО «Газпром добыча Оренбург»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Зеленков

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Расписание занятий в бассейне СОК «Гелиос»**

**понедельник – пятница**

|  |  |
| --- | --- |
| **ДНЕВНЫЕ СЕАНСЫ** | **ВЕЧЕРНИЕ СЕАНСЫ** |
| 1 СЕАНС | 6 СЕАНС |
| 13.00 – вход в раздевалку  13.10 – вход в воду  13.55 – выход из воды | 18.15 – вход в раздевалку  18.25 – вход в воду  19.10 – выход из воды |
| 2 СЕАНС | 7 СЕАНС |
| 14.00 – вход в раздевалку  14.10 – вход в воду  14.55 – выход из воды | 19.00 – вход в раздевалку  19.10 – вход в воду  19.55 – выход из воды |
| 3 СЕАНС | 8 СЕАНС |
| 15.00 – вход в раздевалку  15.10 – вход в воду  15.55 – выход из воды | 19.45 – вход в раздевалку  19.55 – вход в воду  20.40 – выход из воды |
| 4 СЕАНС | 9 СЕАНС |
| 16.00 – вход в раздевалку  16.10 – вход в воду  16.55 – выход из воды | 20.30 – вход в раздевалку  20.40 – вход в воду  21.25 – выход из воды |
| 5 СЕАНС |
| 17.00 – вход в раздевалку  17.10 – вход в воду  17.55 – выход из воды |

Начальник СОК «Гелиос» Т. Г. Наумова

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель начальника УЭЗиС

ООО «Газпром добыча Оренбург»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Зеленков

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Расписание занятий в бассейне СОК «Гелиос»**

**суббота, воскресенье**

|  |  |
| --- | --- |
| ДНЕВНЫЕ СЕАНСЫ | |
| 1 СЕАНС | 5 СЕАНС |
| 10.00 – вход в раздевалку  10.10 – вход в воду  10.55 – выход из воды | 14.00 – вход в раздевалку  14.10 – вход в воду  14.55 – выход из воды |
| 2 СЕАНС | 6 СЕАНС |
| 11.00 – вход в раздевалку  11.10 – вход в воду  11.55 – выход из воды | 15.00 – вход в раздевалку  15.10 – вход в воду  15.55 – выход из воды |
| 3 СЕАНС | 7 СЕАНС |
| 12.00 – вход в раздевалку  12.10 – вход в воду  12.55 – выход из воды | 15.45 – вход в раздевалку  15.55 – вход в воду  16.40 – выход из воды |
| 4 СЕАНС | 8 СЕАНС |
| 13.00 – вход в раздевалку  13.10 – вход в воду  13.55 – выход из воды | 16.30 – вход в раздевалку  16.40 – вход в воду  17.25 – выход из воды |

Начальник СОК «Гелиос» Т. Г. Наумова

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель начальника УЭЗиС

ООО «Газпром добыча Оренбург»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Зеленков

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Расписание занятий в тренажерном зале СОК «Гелиос»**

|  |  |
| --- | --- |
| **понедельник – пятница** | **суббота** |
| 1 СЕАНС | 1 СЕАНС |
| 16.00 – вход в раздевалку  16.05 – начало занятий  16.50 – окончание занятий | 13.00 – вход в раздевалку  13.05 – начало занятий  13.50 – окончание занятий |
| 2 СЕАНС | 2 СЕАНС |
| 17.00 – вход в раздевалку  17.05 – начало занятий  17.50 – окончание занятий | 14.00 – вход в раздевалку  14.05 – начало занятий  14.50 – окончание занятий |
| 3 СЕАНС | 3 СЕАНС |
| 18.00 – вход в раздевалку  18.05 – начало занятий  18.50 – окончание занятий | 15.00 – вход в раздевалку  15.05– начало занятий  15.50 – окончание занятий |
| 4 СЕАНС | 4 СЕАНС |
| 19.00 – вход в раздевалку  19.05 – начало занятий  19.50 – окончание занятий | 16.00 – вход в раздевалку  16.05 – начало занятий  16.50 – окончание занятий |
| 5 СЕАНС | 5 СЕАНС |
| 20.00 – вход в раздевалку  20.05 – начало занятий  20.50 – окончание занятий | 17.00 – вход в раздевалку  17.05 – начало занятий  17.50 – окончание занятий |

Начальник СОК «Гелиос» Т. Г. Наумова

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель начальника УЭЗиС

ООО «Газпром добыча Оренбург»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В. Зеленков

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 г.

**Расписание занятий в спортивном зале СОК «Гелиос»**

|  |  |
| --- | --- |
| **понедельник – пятница** | **суббота-воскресенье** |
| 1 СЕАНС | 1 СЕАНС |
| 13.00 – вход в раздевалку  13.05 – начало занятий  13.50 – окончание занятий | 10.00 – вход в раздевалку  10.05 – начало занятий  10.50 – окончание занятий |
| 2 СЕАНС | 2 СЕАНС |
| 14.00 – вход в раздевалку  14.05 – начало занятий  14.50 – окончание занятий | 11.00 – вход в раздевалку  11.05 – начало занятий  11.50 – окончание занятий |
| 3 СЕАНС | 3 СЕАНС |
| 15.00 – вход в раздевалку  15.05 – начало занятий  15.50 – окончание занятий | 12.00 – вход в раздевалку  12.05 – начало занятий  12.50 – окончание занятий |
| 4 СЕАНС | 4 СЕАНС |
| 16.00 – вход в раздевалку  16.05 – начало занятий  16.50 – окончание занятий | 13.00 – вход в раздевалку  13.05 – начало занятий  13.50 – окончание занятий |
| 5 СЕАНС | 5 СЕАНС |
| 17.00 – вход в раздевалку  17.05 – начало занятий  17.50 – окончание занятий | 14.00 – вход в раздевалку  14.05 – начало занятий  14.50 – окончание занятий |
| 6 СЕАНС | 6 СЕАНС |
| 18.00 – вход в раздевалку  18.05 – начало занятий  18.50 – окончание занятий | 15.00 – вход в раздевалку  15.05 – начало занятий  15.50 – окончание занятий |
| 7 СЕАНС | 7 СЕАНС |
| 19.00 – вход в раздевалку  19.05 – начало занятий  19.50 – окончание занятий | 16.00 – вход в раздевалку  16.05 – начало занятий  16.50 – окончание занятий |
| 8 СЕАНС | 8 СЕАНС |
| 20.00 – вход в раздевалку  20.05 – начало занятий  20.50 – окончание занятий | 16.45 – вход в раздевалку  16.50 – начало занятий  17.35 – окончание занятий |
| 9 СЕАНС |
| 20.45 – вход в раздевалку  20.50 – начало занятий  21.35 – окончание занятий |

Начальник СОК «Гелиос» Т. Г. Наумова