

# Расписание тренировок по единоборствам спортзала «ХУЛИГАН»

<i>День недели</i>	<i>Время</i>	<i>Тренировка</i>	<i>Тренер</i>
<b>Понедельник</b>	7:00-9:30	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Дмитрий Маркин
	10:30-12:00	<b>Тренировка с чемпионами по пред. записи</b>	Сотников Виталий
	18:00 - 19:00	<b>Детское каратэ (дети 5-13 лет)</b>	Арустамян Джульетта
	18:00 – 22:00	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Дмитрий Маркин
	19.00 – 20.30	<b>Микс файт(любители)</b>	Антон Прусаков Мазепов Владислав
	20:00 - 21:30	<b>Тайский Бокс</b>	Касымов Азат
<b>Вторник</b>	10:30-12:00	<b>Тренировка с чемпионами по пред. записи</b>	Сотников Виталий
	18:00 – 22:00	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Дмитрий Маркин
	19:00 - 20:30	<b>Микс файт (профессионалы)</b>	Прусаков Антон
	20:00 - 22:00	<b>ММА</b>	Элман Сафаров
	20:30 - 22:00	<b>Бокс</b>	Сотников Виталий
<b>Среда</b>	7:00-9:30	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Дмитрий Маркин
	10:30-12:00	<b>Тренировка с чемпионами по пред. записи</b>	Сотников Виталий
	18:00 - 19:00	<b>Детское каратэ (дети 5-13 лет)</b>	Арустамян Джульетта
	18.00 – 22:00	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Маркин Дмитрий
	19:00 - 20:30	<b>Микс файт (любители)</b>	Антон Прусаков Мазепов Владислав
	20:00 - 21:30	<b>Тайский Бокс</b>	Касымов Азат

# Расписание тренировок по единоборствам спортзала «ХУЛИГАН»

<b>Четверг</b>	10:30-12:00	<b>Тренировка с чемпионами по пред. записи</b>	Сотников Виталий
	18:00 – 22:00	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Дмитрий Маркин
	19:00 - 20:30	<b>Микс файт (профессионалы)</b>	Прусаков Антон
	20:00 - 22:00	<b>ММА</b>	Элман Сафаров
	20:30 - 22:00	<b>Бокс</b>	Сотников Виталий
<b>Пятница</b>	7:00-9:30	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Маркин Дмитрий
	10:30-12:00	<b>Тренировка с чемпионами по пред. записи</b>	Сотников Виталий
	18:00 - 19:00	<b>Детское каратэ (дети 5-13 лет)</b>	Арустамян Джульетта
	18:00 – 22:00	<b>Бокс,кудо,тайский бокс,кикбоксинг,уличная самооборона,рукопашный бой</b>	Маркин Дмитрий
	19:00 - 20:30	<b>Микс файт (любители)</b>	Антон Прусаков, Мазепов Владислав
	20:00 - 21:30	<b>Тайский Бокс</b>	Касымов Азат
<b>Суббота</b>	12:00-13:30	<b>Бокс</b>	Сотников Виталий
	15:00-16:30	<b>Микс файт</b>	Гирдюк Степан

**МИКС ФАЙТ. Бокс. Тайский бокс – с клубной картой 1000р./мес**

**Без клубной карты абонемент на данные единоборства 2000р./мес**

**Разовое занятие – 500 рублей**