<!DOCTYPE html>

<html lang="ru">

<head>

<meta charset="UTF-8" />

<meta name="viewport" content="width=device-width, initial-scale=1" />

<title>Каратэ клуб Гайратлы</title>

<style>

body {

font-family: Arial, sans-serif;

background: #f0f0f0;

margin: 0; padding: 0;

}

header {

background: #1e2a38;

color: white;

padding: 20px;

text-align: center;

}

nav {

background: #32475b;

padding: 10px;

text-align: center;

}

nav a {

color: white;

margin: 0 15px;

text-decoration: none;

font-weight: bold;

}

nav a:hover {

text-decoration: underline;

}

main {

max-width: 900px;

margin: 30px auto;

background: white;

padding: 20px;

border-radius: 8px;

}

footer {

text-align: center;

padding: 15px;

background: #1e2a38;

color: white;

margin-top: 40px;

}

</style>

</head>

<body>

<header>

<h1>Каратэ клуб Гайратлы</h1>

<p>Сертифицированный тренер 1 дан, КМС международного класса</p>

</header>

<nav>

<a href="#about">О клубе</a>

<a href="#schedule">Расписание</a>

<a href="#contact">Контакты</a>

</nav>

<main>

<section id="about">

<h2>О клубе</h2>

<p>Мы принимаем мальчиков и девочек с 5 лет. Тренировки проходят по понедельникам, средам и пятницам с 15:00 до 17:00.</p>

<p>Занятия направлены на развитие силы, выносливости и уверенности в себе.</p>

</section>

<section id="schedule">

<h2>Расписание тренировок</h2>

<ul>

<li>Понедельник: 15:00 - 17:00</li>

<li>Среда: 15:00 - 17:00</li>

<li>Пятница: 15:00 - 17:00</li>

</ul>

</section>

<section id="contact">

<h2>Связаться с нами</h2>

<p>Email: <a href="mailto:your-email@example.com">your-email@example.com</a></p>

<p>Телефон: +7 123 456 78 90</p>

</section>

</main>

<footer>

<p>© 2025 Каратэ клуб Гайратлы</p>

</footer>

</body>

</html>