Расписание работы спортивных групп

МАУ ДО КМО «СШ «Синегорец»

на 2024-2025 год

(от 01.04.2025г.)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Вид спорта** | **Возраст занимающихся** | **Место**  **проведения** | **Расписание занятий** | | | | | | | **ФИО тренера,**  **ответственного** |
| **пн** | **вт** | **ср** | **чт** | **пт** | **сб** | **вс** |
| 1 | **Л/атлетика** | Девочки, мальчики  (1 год обучения) | **большой зал** | 1400-1500 | 1400-1500 | 1400-1500 |  | 1400- 1500 |  |  | **Шагалеев Г.В.** |
| Девочки, мальчики  (2014-2015 г.р.) | **большой зал** | 1500-1630 | 1500-1630 | 1500-1630 |  | 1500- 1630 | 1200- 1400 |  |
| Девушки, юноши  (2012 г.р. и старше) | **большой зал** | 1630-1830 | 1630-1830 | 1630-1830 |  | 1630- 1830 | 1400- 1600 |  |
| 2 | **Л/атлетика** | Девочки, мальчики  (1-4 класс) | **большой зал** | 1400-1530 | 1400-1530 | 1400-1530 | 1400-1530 | 1400- 1530 |  |  | **Бахтерев И.А.** |
| Девушки, юноши  (Дошкольники) | **большой зал** | 1700-1800 |  | 1700-1800 |  | 1700- 1800 |  |  |
| 3 | **Футбол** | Мальчики  (1 год обучения) | **большой зал** | 1800-1930 |  | 1800-1930 |  | 1800-1930 |  |  | **Волков А.П.** |
| Мальчики  (2011-2013 г.р.) | 1930-2100 |  | 1930-2100 |  | 1930-2100 |  |  |
| 4 | **Футбол** | Мужчины,  Юноши 10 класс  и старше | **Спортивный зал** |  | 2000-2200 |  | 2000-2200 |  |  | 1700-1900 | **Давыдов С.Н.** |
| 5 | **Хоккей с мячом** | Мальчики  2011-2016 г.р. | **большой зал**  **стадион** | \* | \*  1530- 1730 | \* | \*  1530- 1730 | \* | \*  1000- 1200 | \* | **Кандаков А.Н.** |
| 6 | **Шахматы** | Мальчики, девочки | **помещение проката лыж** |  | 1740-1940 |  |  | 1740-1940 | 1200-1400 |  | **Углинских А.Ю.** |
| 7 | **Настольный теннис** | Младшая группа | **Теннисный зал** | 1630-1800 | 1800-1930 |  | 1800-1930 |  |  |  | **Русинов Д.В.** |
| Средняя группа |  | 1515-1715 | 1430-1600 | 1515-1715 | 1430-1530 |  |  |
| Старшая группа |  | 1930-2100 | 1600-1800 | 1930-2100 | 1530-1730 |  |  |

\*\* - плавающее расписание, тренировка может быть перенесена на другой день (для совместителей, у которых основная работа по графику).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8 | **Плавание** | 1 год обучения | **Бассейн** | 1800-1900 | 1800-1900 | 1800-1900 | 1800-1900 | 1800-1900 |  |  | **Абускаев Х.И.** |
| 2 год обучения | 1845-1945 | 1845-1945 | 1845-1945 | 1845-1945 | 1845-1945 |  |  |
| 3 год обучения и старше | 1930-2115 | 1930-2115 | 1930-2115 | 1930-2115 | 1930-2115 | 0800-0845  (спортивный зал)  0845-0945  (бассейн) |  |
| 9 | **Плавание** | 1 группа  (1 год обучения) | **Бассейн** | 1315-1415 | 1315-1415 | 1315-1415 | 1315-1415 | 1315-1415 | 1015-1115 |  | **Шандер Д.А.** |
| 2 группа  (основная 2-4 кл.) | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 | 1100-1200 |  |
| 3 группа  (основная 5 кл. и ст.) | 1515-1615 | 1515-1615 | 1515-1615 | 1515-1615 | 1515-1615 | 1200-1300  (тренаж. зал) |  |
| 4 группа  (дошкольники) | 1615-1715 | 1615-1715 | 1615-1715 | 1615-1715 | 1615-1715 |  |  |
| 10 | **Плавание** | 1 группа  (2 год обучения) | **Бассейн** | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 | 1415-1515 |  |  | **Савитская Н.Н.** |
| 2 группа  (3 год обучения) | 1500-1600 | 1500-1600 | 1500-1600 | 1500-1600 | 1500-1600 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Вид спорта | Возраст занимающихся | Место  проведения | Расписание занятий | | | | | | | **ФИО тренера,**  **ответственного** |
| пн | вт | ср | чт | пт | сб | вс |
| 1 | **Аквааэробика** | **Девушки, женщины** | Фитнес зал | 1800-1900 |  | 1800-1900 |  | 1800-1900 |  |  | **Иванова А.В.** |
| **Фитнес** | **Девушки, женщины** | Фитнес зал | 1900-2000 |  | 1900-2000 |  | 1830-1930 |  |  |
| **Утренняя зарядка** | **Юноши, девушки,**  **мужчины, женщины** | Стадион |  |  |  |  |  | 900-1000 |  |
| 2 | **Бодифитнес** | **Юноши, девушки**  **(от 14 лет)**  **Мужчины, женщины** | Тренажерный зал | 1800 – 2200 |  | 1800 – 2200 |  | 1800 – 2200 |  |  | **Шандер Д.А.** |
| 3 | **Бодифитнес** | **Мужчины, женщины** | Тренажерный зал | 900-1200 |  | 900-1200 |  | 900-1200 |  |  | **Кисельников А.Н.** |
| **Юноши** | Тренажерный зал |  | 1900 – 2030 |  | 1900 – 2030 |  | 1900 – 2030 |  |
| **Девушки** | Тренажерный зал |  | 2030 – 2200 |  | 2030 – 2200 |  | 2030 – 2200 |  |
| **Фитнес**  **(Табата)** | **Женщины, девушки** | Фитнес зал | 1300 – 1400 | 1800 – 1900 | 1300 – 1400 | 1800 – 1900 | 1300 – 1400 | 1800 – 1900 |  |
| **Пауэрлифтинг** | **Юноши 14-15 лет** | Тренажерный зал | 1400-1530 |  | 1400-1530 |  | 1400-1530 |  |  |
| **Юноши 16-17 лет** | Тренажерный зал | 1530-1700 |  | 1530-1700 |  | 1530-1700 |  |  |
| **Фоновая ходьба** | **Женщины, мужчины** | Поход выходного дня |  |  |  |  |  |  | 900 – 1300 |