

РАСПИСАНИЕ

ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ МБУ ФСО "СПОР "АВАНГАРД" на спортивный сезон 2022 г.

Вид спорта	Ф.И.О.	Группа (чел.)	Понедельн	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Место проведения		
Баскетбол	Митюхин С.В.	Т(СС) 1г. (17)		09.30-11.30	09.30-11.30	09.30-11.30	09.30-11.30		08.00-10.00	игровой спортивный зал		
				15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00		10.00-12.00			
		Т(СС) 2г. (15)		17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30			08.00-10.00	игровой спортивный зал	
				13.30-15.30	13.45-15.30		13.45-15.30					
		НП 2г. (20)			15.30-15.45			15.30-15.45				игровой спортивный зал
				15.30-17.00		13.45-15.30			13.45-15.30		10.00-12.00	
		НП 3г. (20)		17.00-17.30		15.30-15.45			15.30-15.45		12.00-14.00	игровой спортивный зал
				17.30-18.30	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00		14.00-15.00	
		Т(СС) 4г. (12)									16.00-18.00	(6) - КЦ, игровой спортивный зал
				19.00-21.00	15.30-17.30		15.30-17.30				14.00-16.00	
Т(СС) 3г. (16)				08.00-09.30		08.00-09.30	08.00-09.30	11.00-13.00		игровой спортивный зал		
		09.30-10.00		09.30-10.00		09.30-10.00	09.30-10.00					
НП 1г. (15)				10.00-12.00		10.00-12.00		09.00-11.00		игровой спортивный зал		
		19.00-21.00		19.00-21.00		19.00-21.00						
НП 1г. (15)				08.00-09.30		08.00-09.30	08.00-09.30		14.00-16.00	игровой спортивный зал		
		09.30-10.00		09.30-10.00		09.30-10.00	09.30-10.00					
Т(СС) 2г. (17)				08.00-09.30		08.00-09.30	08.00-09.30			(5,6,7,8) - теория, ОФП		
		17.00-19.00		17.00-19.00		17.00-19.00	17.00-19.00		12.00-14.00			
Т(СС) 3г. (17)				17.00-19.00		17.00-19.00	17.00-19.00			игровой спортивный зал		
		21.00-23.00		21.00-23.00		21.00-23.00						
Баскетбол Муж	Костяков А.А. Плетнев И.О.			21.00-23.00		21.00-23.00				игровой спортивный зал		
Волейбол	Колом. завод			21.00-23.00		12.00-13.00				игровой спортивный зал		
Волейбол	"Добрый час"					12.00-13.00				игровой спортивный зал		
Волейбол	Алекашина Н.М.							19.30-20.30		игровой спортивный зал		
Баскетбол	"Меркурий"		21.00-22.00							игровой спортивный зал		
Баскетбол	Колом. завод							19.30-21.00		игровой спортивный зал		

Вид спорта	Ф.И.О.	Группа (чел.)	Понедельн	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Место проведения		
Тяжелая атлетика	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		
			16.00-18.00	15.00-18.00	15.00-18.00	15.00-18.00	15.00-18.00	15.00-18.00	09.00-11.00			
	Воронков Д.В.	Т(СС) 3г. (12)	15.00-16.00						13.00-14.00		зал тяжелой атлетики	
			18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00			18.00-21.00	11.00-13.00		(4,9) - плоскостные сооружения	
		НП 1г. (12)								13.00-14.00		зал тяжелой атлетики
			14.00-16.00			15.00-17.00				11.00-13.00		(9)-пл. сооружения
		НП 3г. (12)										(9) - пл/сооружения, зал тяжелой атлетики
			09.00-11.00		09.00-11.00	09.00-11.00			09.00-11.00			зал тяжелой атлетики
		Т(СС) 1 г. (12)										
			16.00-18.00		15.00-18.00	17.00-19.00	17.00-19.00	15.00-17.00	15.00-17.00	13.00-16.00		(8) - пл/сооружения, зал тяжелой атлетики
Т(СС) 4г. (8)												
	12.00-13.00	12.00-13.00	19.00-21.00	19.00-21.00	16.00-19.00	16.00-19.00	19.00-21.00	11.00-12.00		(4,5) - кроссовая работа, зал бокса		
Бокс	Селиверстов Р.А.	Т(СС) 3г. (8)	16.30-19.00	16.00-19.00	16.30-19.00		16.30-19.00	09.30-11.00		(5,7) - КЦ, зал бокса		
									14.00-16.00		(5) - КЦ, (8) - пл/сооружения	
	НП 2г. (12)									зал бокса		
		14.00-16.00	14.00-16.00		14.00-16.00			12.00-14.00			(5,7) - КЦ, зал бокса	
	НП 1г. (12)											
		09.00-10.30		09.00-10.30			09.00-10.30				зал бокса	
	НП 3г. (12)											
		15.30-17.30		15.30-17.30			15.30-17.30				зал бокса	
	НП 3г. (01) (12)											
		17.30-19.30		17.30-19.30	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	17.30-19.30			(4) - пл/сооружения, (5,7) - КЦ, зал бокса	
Носов А.Б.	Т(СС) 1г. (10)											
		18.00-20.00	18.00-20.00	16.00-18.00	18.00-20.00	15.30-17.30	15.30-17.30	12.30-14.30		зал бокса		
		08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00			10.00-12.00		(6,8) - КЦ, (9) - пл/сооружения, зал бокса		
НП 2г. (15)												
	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00			08.00-10.00		зал бокса, (6) - Атлант		
										зал бокса, (8) - КЦ		

14.15-15.15 КЦ "Коломна", "Атлант"
08.00-09.00 плоскостные сооружения

12.0-13.00 Кроссовая работа

10.00-12.00 игровой спортивный зал, зал бокса, зал тяж. атл.,
корт "Авангард"

Директор МБУ ФСО
"СШОР "Авангард"

В.И. Колесников

