|  |
| --- |
|  |

**Расписание тренировочных занятий инструкторов по спорту, тренеров по месту жительства**

**МАУ ДО ДЮСШ №2 ТМР на 2019 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | направление | тренер | место проведения |  время  |
| ПН | ВТ | СР | ЧТ | ПТ | СБ | ВС |
| **1** | **Группа здоровья (пожилые люди)** | МаксимовичИринаПетровна | Тренажерный зал | 08.00– 09.30 |  | 08.00– 09.30 |  | 08.00– 09.30 |  |  |
| **2** | 09.30-11.00 |  | 09.30-11.00 |  | 09.30-11.00 |  |  |
| **3** | **Производственная гимнастика** | Территория предприятия/организации  | 11.15-12.00 |  | 11.15-12.00 |  | 11.15-12.00 |  |  |
| **4** | **Производственная гимнастика** | Территория предприятия/организации | 12.00-12.45 |  |  |  |  |  |  |
| **5** | **Группа здоровья (лица с ОВЗ)** | Тренажерный зал |  | 08.00-08.45 | 14.00-14.45 | 08.00-08.45 |  |  |  |
| **6** |  | 09.00-09.45 | 15.00-15.45 | 09.00-09.45 |  |  |  |
| **6** | **Волейбол (сборная команда)** | КаргинАлександр Юрьевич | Игровой зал | 19.30-21.00 |  | 19.30-21.00 |  | 19.30-21.00 |  |  |
| **7** | **Волейбол (группа здоровья)** | 21.00-22.30 |  | 21.00-22.30 |  | 21.00-22.30 |  |  |
| **8** | **Волейбол (женщины)** | Горин Василий Петрович | Игровой зал |  |  | 18.00-19.30 |  |  |  | 18.00-19.30 |
| **9** | **Скандинавская ходьба** | стадион | 09.00-10.30 | 09.00-10.30 |  | 09.00-10.30 | 09.00-10.30 |  |  |
| **10** | **Футбол (сборная команда)** | Мерц Игорь Анатольевич | Игровой зал |  | 20.15-21.45 |  | 20.15-21.45 |  |  | 20.00-21.30 |
| **11** | **Работа тренажерного зала** | СаитовЗаурНуруллович | Тренажерный зал силовых видов спорта | 17.00-18.00 | 17.00-22.00 | 17.00-18.00 | 17.00-22.00 |  |  |  |
| **12** | **Армспорт (дети)** | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  |  |
| **13** | **Армспорт (взрослые)** | 20.00-22.00 |  | 20.00-22.00 |  | 20.00-22.00 |  |  |
| **14** | **Шахматы, шашки** | Мильшин Максим Владимирович | Шахматный зал | 18.30- 20.00 |  | 18.30- 20.00 |  | 18.30- 20.00 |  |  |
| 20.00-21.30 |  | 20.00-21.30 |  | 20.00-21.30 |  |  |
| **15** | **Хоккей с шайбой (группа здоровья)** | Степанов Андрей Викторович | Стадион, (корт СОШ №1) |  | 19.00-20.30 |  | 19.00-20.30 |  |  | 19.00-20.30 |
| **Хоккей с шайбой (сборная команда)** |  | 20.30-22.00 |  | 20.30-22.00 |  |  | 20.30-22.00 |
| **16** | **Игровые виды спорта****(баскетбол, младшая группа)** | Бучельников Виталий Николаевич | Игровой зал | 18.30-20.00 |  | 18.00-19.30(СОШ 1) |  | 18.30-20.00 |  |  |
| **Игровые виды спорта****(баскетбол, средняя группа)** |  | 18.00-19.30 |  | 18.00-19.30 |  |  |  |
| **Игровые виды спорта****(баскетбол, старшая группа)** |  | 19.30-20.30 |  | 19.30-20.30 |  |  |  |
| **17** | **Лыжные гонки** | Грабарь Сергей Викторович | Стадион | 10.00-11.00 |  | 10.00-11.00 |  | 10.00.-11.00 |  |  |
| 18.00-19.00 |  | 18.00-19.00 |  | 18.00-19.00 |  |  |
|  | **Спортивная рыбалка**  |  |  |  | 19.00-20.30 |  |  | 08.00-09.30 | 08.00-09.30 |
| **18** | **Бочче** | Лукин Игорь Владимирович | Тренажерный зал |  | 9.00-10.30 |  | 9.00-10.30 |  | 08.30-10.00 |  |
| **АФК (дети)** |  | 10.30-11.30 |  | 10.30-11.30 |  | 10.30-11.30 |  |
| **АФК (взрослые)** |  | 11.30-12.30 |  | 11.30-13.30 |  | 11.30-13.30 |  |
| **19** | **ОФП****(с элементами бокса)** | Шиловских Елизавета Сергеевна | Борцовский зал |  | 09.00-10.30 |  | 09.00-10.30 |  |  | 09.00-10.30 |
| Борцовский зал |  | 10.30-11.30 |  | 10.30-11.30 |  |  | 10.30-11.30 |
| Борцовский зал |  | 13.30-14.30 |  | 13.30-14.30 |  |  | 13.30-15.00 |
| Борцовский зал |  | 15.00-16.30 |  | 15.00-16.30 |  |  | 15.00-16.30 |
| Тренажерный зал |  | 17.00-18.00 |  | 17.00-18.00 |  |  | 17.00-18.00 |
| Спортивный зал СОШ №1 |  | 18.30-20.00 |  | 18.30-20.00 |  |  |  |
| **20** | **Игровые виды спорта****(волейбол, баскетбол)** | Писаревский Данил Романович | Спортивный зал (Княжевская СОШ) | 16.00-17.00 |  | 16.00-17.00 |  | 16.00-17.00 |  |  |
| 17.00-18.00 |  | 17.00-18.00 |  | 17.00-18.00 |  |  |
| **21** | **ОФП****(подготовка к сдаче нормативов ВФСК ГТО)** | Леванюк Александр Петрович | Борцовский зал | 10.00-11.30 |  | 10.00-11.30 |  | 10.00-11.30 |  |  |
| Борцовский зал | 13.30-15.00 |  | 13.30-15.00 |  | 13.30-15.00 |  |  |
| Борцовский зал | 15.00-16.30 |  | 15.00-16.30 |  | 15.00-16.30 |  |  |
| Шахматный зал |  | 15.30-17.00 |  | 15.30-17.00 |  | 15.30-17.00 |  |
| Шахматный зал |  | 18.00-19.30 |  | 18.00-19.30 |  | 18.00-19.30 |  |
| Холл |  | 19.30-21.00 |  | 19.30-21.00 |  | 19.30-21.00 |  |
| **22** | **Настольный теннис****(младшая группа)** | Шиловских Елизавета Сергеевна | Холл  | 09.00-10.00 |  | 09.00-10.00 |  | 09.00-10.00 |  |  |
| **Настольный теннис****(младшая группа)** | 15.00-16.00 |  | 15.00-16.00 |  | 15.00-16.00 |  |  |
| **Настольный теннис****(старшая группа)** | 19.30-21.00 |  |  19.30-21.00 |  | 19.30-21.00 |  |  |