РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

ОТДЕЛЕНИЯ АФК ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА ГБУ ДЮЦ МОСКОВСКОГО Р-НА СПБ «ЦФКСИЗ»

**НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И.О.**  **тренера** | **Часы** | **Группа** | **Дни недели** | | | | | | |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскрес.** |
| **Анисимова**  **Марина**  **Михайловна** | **12** | **УТ-3** | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  16:30-18:45 |  |  |  | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  16:30-18:45 | Кроссовая подготовка или сор. день  11:00-13:15 | Стадион ЦФК или  Зал ОФП  12.00-14.15 |
| **12** | **УТ-4** | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  18:45-20:15 | 17:00-19:15 Стадион «ЦФКСиЗ» |  |  | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  18:45-20:15 | Кроссовая подготовка или сор. день  13.15-15.30 | Стадион ЦФК или  Зал ОФП  14.15-15.45 |
| **12** | **УТ-5** | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  18:45-20:15 |  |  | 17:00-19:15 Стадион «ЦФКСиЗ» | Стадион ЦФК  или  Зал ОФП  18:45-20:15 | Кроссовая подготовка или сор. день  15.30-17.45 | Стадион ЦФК или  Зал ОФП  14.15-15.45 |
| **Артынюк Мария Александровна** | **12** | **УТ-3** | Стадион «ЦФКСиЗ» 17:00-18:30 | Спортивный зал Гимназии  № 526  17:00-18:30 | Стадион «ЦФКСиЗ» 17:00-18:30 |  | Стадион «ЦФКСиЗ»  или тренажерный зал  16.00-17.30 | Спортивный зал Гимназии  № 526  15.00-16.30 | Кроссовая подготовка или сор. день  11:00-12:30 |
| **Бекяшев Михаил Салаватович** | **6** | **НП-1** | Стадион «ЦФКСиЗ», Тренажерный зал  18.30-20.00 |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или Тренажерный зал  16.00-17.30 |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал  16.30-18.00 |  |  |
| **6** | **НП-2** | Стадион «ЦФКСиЗ», Тренажерный зал, манеж большого тенниса  17.00-18:30 |  |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал 18.00-19.30 |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или  Зал ОФП  16.15-17.45 |  |
| **6** | **НП-3** |  |  | ГБОУ СОШ  № 459  18:00-19:30 |  | ГБОУ СОШ  № 459  18:30-20:00 |  | ГБОУ СОШ  № 459  16.30-18.00 |
| **Гадасин Владислав Борисович** | **6** | **НП-1** | 16.30-18.00 Стадион «ЦФКСиЗ» или тренажерный зал |  | 16.30-18.00 Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал ЦФК |  |  | 16.30-18.00 Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал ЦФК |  |
| **9** | **УТ-1** | 18.15-20.30 Стадион «ЦФКСиЗ» или тренажерный зал |  | 18.15-20.30 Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал ЦФК |  |  |  | 10.00-12.15 Кроссовая подготовка или сорев. день |
| **12** | **УТ-3** |  | 18.00-20.15 Стадион «ЦФКСиЗ» или тренажерный зал |  |  | 18.15-20.30 Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал ЦФК | 18.15-20.30 Стадион «ЦФКСиЗ» или Большой зал ЦФК | 12.30-14.45 Кроссовая подготовка или сорев. день |
| **Горинцева Марина Леонидовна** | **9** | **УТ-1** | Школа №347 17.15-18.45 | Парк Куракина Дача  16:00-17.30 | Школа №347 17.15-18.45 |  | Парк Куракина Дача  16:00-16.45 | Школа №347 17.15-18.45 |  |
| **12** | **УТ-3** | Школа №347 18.45-21.00 | Парк Куракина Дача  17:30-20.00 | Школа №347 18.45-20.15 |  | Парк Куракина Дача  16.45-18.15 | Школа №347 18.45-21.00 |  |
| **Горшкова Елена Леонидовна** | **6** | **НП-2** | Нижний парк  г. Пушкин 17:45-19:15 |  |  |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или  Большой зал «ЦФКСиЗ» 17:00-18:30 |  | Нижний парк  г. Пушкин  14:30-15.00 |
| **6** | **НП-3** |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или  Большой зал «ЦФКСиЗ»  17:00-18:30 |  | 17:30-19:00  «Зимний стадион» |  | Нижний парк  г. Пушкин 16:30-18:00 |  |
| **9** | **УТ-2** |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или  Большой зал «ЦФКСиЗ» 18:30-20:15 |  | 19.00-20.45  «Зимний стадион» | Стадион «ЦФКСиЗ» или  Большой зал «ЦФКСиЗ» 18:30-20:15 |  | Кроссовая подготовка  10:00-11:30  Нижний парк  г. Пушкин |
| **Гофман**  **Юлия Сергеевна** | **6** | **НП-3** | Стадион «ЦФКСиЗ» или манеж  (зал большого тенниса) и тренажерный зал  17.30-18.30 |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или большой зал 17.30-18.30 |  | Стадион «ЦФКСиЗ» или большой зал 17.30-18.30 |  | Кроссовая подготовка или сор. день 10.00-11.30 |
| **9** | **УТ-2** | Стадион «ЦФКСиЗ» или тренажерный зал 18.30-19.30 | Стадион «ЦФКСиЗ» или большой зал  17.30-19.30 | Стадион «ЦФКСиЗ» или большой зал 18.30-19.30 | Стадион «ЦФКСиЗ» или тренажерный зал  17.30-19.30 | Стадион «ЦФКСиЗ» или большой зал 18.30-19.15 |  |  |
| **Казимирова Наталия**  **Евгеньевна** | **5** | **СО** | Стадион ЦФК  или тренаж. зал  15:45-17:00 | Стадион ЦФК  или зал ОФП  15:15-16:30 |  |  | Стадион ЦФК  или тренаж. зал  15:15-16:30 |  |  |
| **6** | **НП-2** |  | Стадион ЦФК  или Большой зал  16:30-18.00 | Стадион ЦФК  или Большой зал  16:30-18.00 |  | Стадион ЦФК  или Большой зал  16:30-18.00 |  |  |
| **6** | **НП-3** | Стадион ЦФК  или тренаж. зал  17:00-18:30 | Стадион ЦФК  или Большой зал  18.00-19:30 | Стадион ЦФК  или Большой зал  18.00-19:30 |  |  |  |  |