



РАСПИСАНИЕ
тренировочных занятий МБУ СШОР №1 г. Сочи
декабрь 2018г.

№ п/п	Ф.И.О тренера	Отделение	Этап подготовки	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.	Кол-во уч. в гр.	Кол-во часов	Место проведения	
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА														
1	Вальков П.М. ст. тренер	легкая атлетика	НП-1	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30			15	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6	
			НП-2			08.30-10.00		08.30-10.00	08.30-10.00			13		6
			T-3	17.30-19.00	16.00-18.15	17.30-19.45		17.30-19.45	16.00-18.15	08.30-10.00		12		16
Итого:											40	28		
2	Фролов В.И. ст. тренер	легкая атлетика	T-3	15.00-17.15	15.00-17.15	07.30-08.15 (кросс)	15.00-17.15	15.00-17.15	15.00-17.15		8	16	Стадион ООО «Юность», ул. Ленина, 88, тренажерный зал	
			ВСМ	08.00-09.30	08.00-09.30	18.00-21.00	08.00-09.30	08.00-09.30	18.00-21.00		1	32		
				18.00-21.00	18.00-21.00		18.00-21.00	18.00-21.00	18.00-21.00					
Итого:											9	48		
3	Фролова Н.Н. тренер	легкая атлетика	НП-1		08.30-10.00		08.30-10.00		08.30-10.00		10	6	Стадион ООО «Юность», ул. Ленина, 88, кросс - набережная, тренажерный зал- самостоятельно	
			НП-1		15.00-16.30		15.00-16.30		08.30-10.00		13	6		
			НП-2		15.00-16.30		15.00-16.30		10.00-11.30		10	6		
			T-2			16.30-18.45	16.30-18.45		16.30-18.45		11	9		
			СС-1	07.00-08.30	07.00-08.30	07.30-08.15	07.00-08.30	07.00-08.30	07.30-08.15		1	24		
Итого:											45	51		
4	Соловьева О.Я. тренер	легкая атлетика	НП-1		13.30-15.00	13.30-15.00			14.30-16.00		15	6	СОШ №18, ул. Апшеронская, 1, Стадион ООО «Юность», ул. Ленина, 88	
			НП-2		15.00-16.30		15.00-16.30		10.30-12.00		17	6		
			T-2	15.00-17.15		15.00-17.15		15.00-17.15		11	9			
			T-2		16.30-18.45		16.30-18.45		12.00-14.15		10	9		
			T-4	17.15-19.30	07.30-08.15 (кросс)	17.15-19.30	07.30-08.15 (кросс)	17.15-19.30	08.15-10.30		8	16		
				18.45-19.30		18.45-19.30								
Итого:											61	46		
5	Атамалян Р.С. тренер	легкая атлетика	НП-1			19.00-20.30			19.00-20.30	17.00-18.30	20	6	Стадион "ДЮСШ №1", ул. Парковая, 19/4	
			НП-3			08.00-09.30		08.00-09.30		08.00-09.30		20		6
Итого:											40	12		
6	Шамгуллин А.А. тренер (совместитель)	легкая атлетика	НП-1	08.00-09.30		08.00-09.30			14.30-16.00		20	6	Стадион ФГБУ "ЮГ-СПОРТ", ул. Бзугу, 6	
			НП-1		18.20-19.50	16.30-18.00		18.20-19.50		23	6	Лицей №22- ул. Учительская, 19		
					Лицей №22	Стадион ФГБУ "ЮГ-СПОРТ", ул. Бзугу, 6		Лицей №22						
Итого:											43	12		

7	Мезенцева Т.Ю. тренер	легкая атлетика	НП-1	19.00-20.30		19.00-20.30		19.00-20.30		13	6	Отель Имеритинский, ул. Голубая, 1	
			НП-2	19.00-20.30		19.00-20.30		19.00-20.30		12	6		
Итого:										25	12		
8	Зачела С.В. тренер	легкая атлетика	НП-1	19.00-20.30		19.00-20.30		19.00-20.30		19	6	Отель Имеритинский, ул. Голубая, 1	
			Итого:										19
9	Бурба Р.А. тренер	легкая атлетика	НП-1		08.30-10.00		08.30-10.00		08.30-10.00		16	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6
			НП-1		10.15-11.45		10.15-11.45		10.15-11.45		12	6	
			НП-2		15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30		10	6	
			T-1		16.45-19.00		16.45-19.00		16.45-19.00		9	9	
Итого:										47	27		
10	Шерина С.Э. тренер (совместитель)	легкая атлетика	НП-1		09.00-10.30		09.00-10.30		12.00-13.30		14	6	Стадион ООО «Юность», ул. Ленина, 88, тренажерный зал
			Итого:										
11	Полонников А.В. тренер (совместитель)	легкая атлетика	НП-1	08.30-10.00		08.30-10.00		08.30-10.00		14	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6	
			НП-1	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		16	6		
			НП-1			17.30-19.00		17.30-19.00	08.30-10.00	18	6		
Итого:										32	12		
12	Стахурская М.С. тренер (совместитель)	легкая атлетика	НП-1	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		17	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6	
			Итого:										17
13	Поляков Д.М. тренер	легкая атлетика	НП-1	08.30-10.00		08.30-10.00		08.30-10.00		16	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6	
			Итого:										16
КАРАТЭ													
14	Микеная С.А. ст. тренер	каратэ	НП-1		15.00-16.30		15.00-16.30		16.00-17.30		20	6	с/зал ул.Московская 106 Лицей №22- ул.Учительская,19 с/зал ул. Московская, 106 Лицей №22- ул.Учительская,19, с/зал ул. Московская, 106, кросс-набережная
			НП-1	17.30-19.00		17.30-19.00		17.30-19.00		24	6		
			T-2	08.00-10.15		08.00-10.15		08.00-10.15	08.00-10.15	14	12		
			T-2	19.00-21.15 Лицей№22		19.00-21.15 Лицей№22		19.00-21.15 Лицей№22	17.30-19.45 Московская, 106	14	12		
Итого:										72	36		
Тренировочное мероприятие с 01.10. по 12.10.2018, международные соревнования с 12.10. по 14.10.2018													
15	Давыдов А.Л. тренер	каратэ	НП-1			17.30-19.00		17.30-19.00	17.30-19.00		23	6	Спортивный зал, ул. Гагарина 72а (ТМ), кросс- стадион СОШ №10, тренаж. зал, ОФП -самостоятельно
			T-3	07.00-09.15 (кросс)	07.00-07.45 (кросс)	07.00-09.15 (трени. зал)	07.00-08.30 (трени. зал)	07.00-09.15 (кросс)		12	18		
					17.30-19.45		17.30-19.45						
			CC-1	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (кросс)	19.00-22.00	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (кросс)		3	24		
					19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00					
			CC-2	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (кросс)	19.00-22.00	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (кросс)		2	24		
19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00			19.00-22.00								
BSM	06.30-08.45 (кросс)	07.00-08.30 (трени. зал)	07.00-08.30 (кросс)	06.30-08.45 (трени. зал)	07.00-08.30 (кросс)		2	32					
		19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00								
Итого:										42	104		
16	Добросмыслова К.С. тренер	каратэ	НП-1	17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30		25	6	Гимназия №15, ул. 60 лет ВЛКСМ, 12 Стадион, спорт. зал СОШ №7, ул.Чайковского, 7, кросс- набережная ул. Чайковского	
			НП-1		17.30-19.00		17.30-19.00		16.00-17.30		24		6
			T-2	18.50-21.05	19.00-21.15		19.00-21.15	18.50-21.05		11	12		
			T-2	18.50-21.05		18.50-21.05		18.50-21.05	13.30-15.45	12	12		
			CC-2	07.00-08.30 (кросс)	07.00-07.45 (трени. зал)	07.00-08.30 (кросс)	07.00-08.30 (трени. зал)	07.00-08.30 (кросс)		1	24		
					18.50-21.05	19.00-21.15	18.50-21.05	19.00-21.15	18.50-21.05				
Итого:										73	60		

17	Вартапетян А.В. тренер	каратэ	НП-1			16.30-18.00		16.30-18.00	16.30-18.00		25	6	СОШ №20, ул. Труда, 29 Спортивный зал ул. Московская, 106
			НП-2			09.00-11.15		09.00-11.15	09.00-11.15		16	9	
			T-2	18.30-20.45	18.00-20.15		18.00-20.15	19.00-21.15			13	12	
			СС-1	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (ОФП)	18.30-21.30	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (ОФП)	2	24			
				18.30-21.30	18.00-21.00		18.00-21.00	19.00-21.30					
СС-2	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (ОФП)	18.30-21.30	07.00-07.45 (кросс)	07.00-07.45 (ОФП)	1	24						
	18.30-21.30	18.30-21.30		18.00-21.00	19.00-21.30								
											57	75	
18	Андреев А.А. тренер	каратэ	НП-1	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30			17	6	Лицей №3, ул. Ушинского, 3
			НП-1		17.00-18.30		17.00-18.30		15.00-16.30		23	6	
			T-2	17.30-18.15	18.30-20.45	17.30-18.15	18.30-20.45	17.30-18.15	16.30-18.45		14	12	
Итого:											54	24	
СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ													
19	Поволоцкая Г.Ф. ст.тренер (совместитель)	спорт. ориентирование	НП-1		18.00-19.30				18.00-19.30	18.00-19.30	17	6	Лесопарковая зона: Дагомыс, Блиново, Агурские водопады, Центр Сочи
			НП-1			13.00-14.30	13.00-14.30	13.00-14.30			16	6	
Итого:											33	12	
20	Фещук Н.А. тренер (совместитель)	спорт. ориентирование	НП-1		16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		16	6	Лесопарковая зона: Мацеста, Хоста, Куделста, Пластунка, Адлер
			НП-1	16.00-17.30				16.00-17.30		16.00-17.30	21	6	
Итого:											37	12	
21	Горбатенко З.И. тренер (совместитель)	спорт. ориентирование	НП-1		13.30-15.00	13.30-15.00	13.30-15.00				18	6	Лесопарковая зона: Адлер (Блиново)
			НП-1			15.15-16.45	15.15-16.45			15.15-16.45	15	6	
Итого:											33	12	
22	Смышляева Н.В. тренер	спорт. ориентирование	НП-1	18.30-20.00		18.30-20.00			10.00-11.30		10	6	Стадион Гимназия №15, ул. 60 лет ВЛКСМ, 12
Итого:											10	6	
СОВРЕМЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ													
23	Марочкина А.Н. тренер	современное пятиборье	НП-1	08.00-08.45	08.00-08.45	08.00-08.45	07.30-09.00	08.00-08.45			15	6	Стадион ФГБУ "Юг-Спорт", ул. Бзугу, 6, бассейн- ФГБУ "Сочинский", ул. Курортный пр-т, 94
				Бассейн	ФГБУ "Юг-Спорт"	Бассейн	ФГБУ "Юг-Спорт"	Бассейн					
Итого:											15	6	
ВСЕГО:											850	613	

Зам. директора

Попова

Н.Ю. Попова