



УТВЕРЖДАЮ
 директор МБУ «СШ им. М.Ф. Мочалова»
 Е.М. Баранова
 12 сентября 2022 г.

РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ
 на спортивный сезон 2022-2023 годов с 01.09.2022 г.

Тренер	Группа	Час	Чел.	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Место проведения
Волейбол											
Тюбаева Мария Владимировна	ТГ-1	10	12	-	19.00-21.00	18.00-20.00	19.00-21.00	18.00-20.00	17.15-19.15	-	ФСК «Текстильщик» МБОУ ООШ №20 с/з СШОР Стольникова
	СОГ	6	14	17.00-19.00	-	16.00-18.00	-	-	15.00-17.00	-	с/з СШОР Стольникова МБОУ ООШ №20 с/з КПК
Аюпов Евгений Рафаэлевич	НП-1	4,5	14	-	17.30-19.00	-	17.30-19.00	-	15.30-17.00	-	ФСК «Текстильщик» с/з СШОР Стольникова
	СОГ	6	14	19.15-21.15	-	-	-	16.00-18.00	13.00-15.00	-	с/з СШОР Стольникова МБОУ ООШ №20 ФСК «Текстильщик»
Футбол											
Сигачев Анатолий Михайлович*	ТГ-3(1)	16	10	18.30-20.30	17.10-20.10	18.30-20.30	17.10-20.10	17.10-20.10	17.00-20.00	-	ст. Спартак, с/з «Химик»
	ТГ-3(2), ТГ-2	16 12	7 4	16.30-18.30	15.30-18.30	16.30-18.30	15.30-18.30	15.30-18.30	14.00-17.00	-	ст. Спартак, с/з «Химик»
	ТГ-1	12	12	13.30-16.30	13.30-15.30	13.30-16.30	13.30-15.30	13.30-15.30	-	-	ст. Спартак, с/з «Химик»

* - уменьшение нагрузки тренера Сигачева А.М. с 44 часов до 40 часов в неделю при помощи совмещения занятий:
 - вторник, четверг, пятница: группы ТГ-3(1) и ТГ-3(2), ТГ-2 совместное тренировочное время с 17.10 до 18.30 (1 час 20 мин.).

Тренер	Группа	Ч ас	Че л.	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскре сенье	Место проведения
Регби											
Гришин Вадим Юрьевич	ТГ-5,4	12	15	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	16.00-18.00	-	ст. «Спартак», МБУ СОШ №6
	ТГ-3	12	15	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	14.00-16.00	-	ст. «Спартак», МБУ СОШ №6
	ТГ-1	10	15	14.00-16.00	14.00-16.00	14.00-16.00	14.00-16.00	14.00-16.00	-	-	ст. «Спартак», МБУ СОШ №6
	НП-1	6	15	10.00-12.00	-	10.00-12.00	-	10.00-12.00	-	-	ст. «Спартак», МБУ СОШ №6
Хоккей											
Митрошенков Василий Александрович	СОГ(1)	6	14	-	09.00-11.00	-	09.00-11.00	09.00-11.00	-	-	Ледовая арена «Восток»
	СОГ(2)	6	14	14.30-16.30	-	14.30-16.30	-	15.00-17.00	-	-	
Хомякова Алина Алексеевна	НП-2(1)	9	14	14.30-17.30	-	14.30-17.30	-	16.45-19.45	-	-	Ледовая арена «Восток»
	НП-2(2)	9	14	-	14.00-17.00	-	14.00-17.00	-	14.00-17.00	-	
	НП-1	6	14	17.45-19.45	-	17.45-19.45	-	14.20-16.20	-	-	
	СОГ	6	14	-	09.00-11.00	-	09.00-11.00	09.00-11.00	-	-	
Баскетбол											
Черняускас Виктор Матас	ТГ- 5,4(1)	12	11	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	-	МАОУ Гимназия №4 ФСК «Текстильщик»
	ТГ-4(2)	12	10	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	-	
	НП-3	6	15	-	14.30-16.30	-	14.30-16.30	-	13.00-15.00	-	МАОУ Гимназия №4 ФСК «Текстильщик»
	НП-2	6	15	14.30-16.30	-	-	-	14.30-16.30	15.00-17.00	-	ФСК «Текстильщик»
	НП-1	4,5	15	10.00-11.30	-	10.00-11.30	-	10.00-11.30	-	-	ФОК «Дельфин»

Тренер	Группа	Час	Чет.	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Место проведения
Плавание											
Трайковская Ирина Владимировна*	ТГ-5,4(1)	18	12	16.00-19.00	17.00-20.00	16.00-19.00	17.00-20.00	16.00-19.00	16.00-19.00	-	ФОК «Дельфин»
	ТГ-4(2),3	18	13	14.00-17.00	14.00-17.00	14.00-17.00	14.00-17.00	14.00-17.00	14.00-17.00	-	
	ТГ-1	14	16	08.00-11.00	08.00-11.00	09.00-11.00	08.00-11.00	08.00-11.00	-	-	
Зинченко Сергей Александрович**	ТГ-4,3(1)	18	17	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	16.00-19.00	17.00-20.00	-	ФОК «Дельфин»
	ТГ-3(2), ТГ-2	18 14	5 11	08.00-11.00 09.00-11.00	08.00-11.00 08.00-11.00	08.00-11.00 09.00-11.00	08.00-11.00 08.00-11.00	08.00-11.00 09.00-11.00	14.00-17.00 14.00-16.00	-	
	ТГ-1	14	13	14.00-17.00	14.00-16.00	14.00-17.00	14.00-16.00	14.00-17.00	14.00-15.00	-	
Шутова Светлана Евгеньевна	НП-2(1)	9	16	13.00-15.00	-	13.00-15.00	-	13.00-15.00	16.00-19.00	-	ФОК «Дельфин»
	НП-2(2)	9	16	-	13.00-15.00	15.00-17.00	13.00-15.00	-	12.00-15.00	-	
	НП-1(1)	6	15	08.00-10.00	-	08.00-10.00	-	08.00-10.00	-	-	
	НП-1(2)	6	15	-	08.00-10.00	-	08.00-10.00	-	08.00-10.00	-	

* - уменьшение недельной нагрузки тренера Трайковской И.В. с 50 часов до 46 часов при помощи совмещения занятий:
 - понедельник, среда, пятница: группы ТГ-4(2), 3 и ТГ-5,4(1) совместное тренировочное время в чаше бассейна с 16.00 до 17.00 (3 час);
 - суббота: группы ТГ-4(2), 3 и ТГ-5,4(1) совместное тренировочное время в тренажерном зале с 16.00 до 17.00 (1 час).

** - уменьшение недельной нагрузки тренера Зинченко С.А. с 50 часов до 46 часов при помощи совмещения занятий:
 - понедельник, среда, пятница: группы ТГ-4,3(1) и ТГ-1 совместное тренировочное время в чаше бассейна с 16.00 до 17.00 (3 часа);
 - суббота: группы ТГ-3(2),2 и ТГ-14 совместное тренировочное время в чаше бассейна с 14.00 до 15.00 (1 час).