

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУПП МБУ СШОР № 14 на 2020-2021 учебный год  
с 01 октября 2020 года

**ПЛАВАНИЕ**



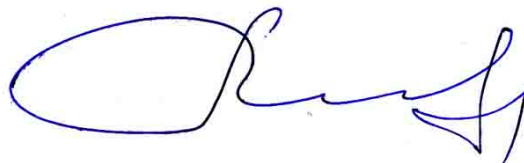
Ф.И.О. тренера	группа	Этапы подготовки	№ дорожки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Макаров А.Г.	1	НП 2-3*	7	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	
Охулков А. В.	3	ТЭ 1,2**	6	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.15 – 9.45
		НП 2 *	6	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	
	4	НП 3*	6	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	
	2	ТЭ 4,5	6	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	
Киреев В.Г.	7	ТЭ 1,2**	2	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30
	9	НП 2*	2-3	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	9.35 – 10.56	
	8	НП 3*	2	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	
	4	ТЭ 4,5 СС***	1,2	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	
Мамуков Т.М.	13	ТЭ 1,2**	3-4	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.00 – 9.30	8.30-10.00
	15	НП 2*	2-3	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	13.45-15.06	
	14	НП 3*	3	15.10 – 16.31	15.10 – 16.31	15.10 – 16.31	15.10 – 16.31	15.10 – 16.31	
	12	ТЭ 3,4 СС***	3	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	16.35 – 18.50	
Семенко Л.М.	10	НП 3*	1	8.00-9.21	8.00-9.21	8.00-9.21	8.00-9.21	8.00-9.21	
	11	НП 2*	1	9.29-10.50	9.29-10.50	9.29-10.50	9.29-10.50	9.29-10.50	
Тутынина Н.И.	18	НП 2,3*	4,5	9.20- 10.41	9.20- 10.41	9.20- 10.41	9.20- 10.41	9.20- 10.41	14.00-15.30
	17	ТЭ 1,2**	4,5	14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-15.30	
	16	ТЭ 3,4	4,5	16.30-18.45	16.30-18.45	16.30-18.45	16.30-18.45	16.30-18.45	

## СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ

Ф.И.О. тренера		Группа	№ дорожки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Мизина Л.И.	21	НП 3*	8	8.00 – 9.30	8.00-9.30		8.00-9.30		
	22	НП 2*	7-8	13.45 –15.15		13.45 –15.15			5-8 дор.
	20	ТЭ 1,2**		15.20 - 16.50	15.20- 16.50	15.20- 16.50	15.20- 16.50	13.45 –15.15	
	19	ТЭ 3, СС***		17.00-19.15	17.00-19.15	17.00-19.15	17.00-19.15	17.00-19.15	15.20- 16.50 17.00-19.15
Титова М.В.	26	НП 2*	8	8.00-9.30		8.00-9.30		8.00-9.30	5-8 дор.
	25	НП 3*	8		13.45- 15.15			8.00-9.30	
	24	ТЭ 1,2**	7-8	9.35-11.05	9.35-11.05	9.35-11.05	13.45 – 15.15	13.45 – 15.15	
	23	ТЭ 4,5		15.20 – 17.35	15.20 - 17.35	15.20 – 17.35	9.35-11.05 15.20 – 17.35	9.35-11.05 15.20 – 17.35	9.35-11.05 15.20 – 17.35

- \* - восстановительные мероприятия в объёме 2 часа 15 минут в неделю
- \*\* - восстановительные мероприятия в объёме 3 часа в неделю
- \*\*\* - восстановительные мероприятия в объёме 4 часа 30 минут в неделю
- \*\*\*\* - самостоятельно по индивидуальному плану силовая тренировка и восстановительные мероприятия в объёме 6 часов в неделю

Заместитель директора



Л.И. Макеева