

**РАСПИСАНИЕ тренировочных занятий на ФОК "Металлург"  
на 2020-2021 тренировочный год.**

<b>Ф.И.О. Тренера</b>	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>	<b>Суббота</b>	<b>Воскресенье</b>	<b>Место проведения</b>
<b>Вольная борьба</b> Долгополов Сергей Алексеевич		9.30-11.00	9.30-11.00	9.30-11.00		9.30-11.00		Зал борьбы
		11.00-12.20	11.00-12.20	11.00-12.20				
		14.15-15.45		14.15-15.45		14.15-15.45		
		15.45-17.15		15.45-17.15		15.45-17.15		
<b>Вольная борьба</b> Мухтаров Тимур Юсупович	8.00-9.30		8.00-9.30		8.00-9.30			Зал борьбы
	17.00-19.00	8.00-9.30 17.00-19.00	17.00-19.00	8.00-9.30 17.00-19.00	17.00-19.00			
<b>Вольная борьба</b> Ответственный за сборную Терещенко А.В.								Зал борьбы
	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	17.30-20.00		
<b>Тайский бокс</b> Нефедов Владислав Алексеевич	10.00-12.15	09.30-11.00	10.00-12.15	09.30-11.00	10.00-12.15			Зал тайского бокса
	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30			
	18.00-20.15	18.00-20.15	18.00-20.15	18.00-20.15	18.00-20.15	18.00-20.15		
<b>Рукопашный бой</b> Веселкин Константин Вячеславович								Зал тайского бокса
		11.00-13.00		11.00-13.00		11.00-13.00		
<b>Рукопашный бой</b> Марченко Юрий Анатольевич								Зал тайского бокса
		11.00-13.00		11.00-13.00				
<b>Плавание</b> Фригин Сергей Александрович		9.00-10.30		9.00-10.30			12.00-13.00	Бассейн
		18.00-19.15		18.00-19.15		15.00-16.00		
<b>Баскетбол</b> Шаманаев Валерий Алексеевич								Игровой зал 1
		17.00-19.00		17.00-19.00	19.40-21.40			
<b>Волейбол</b> Новакова Ирина Владимировна								Игровой зал 2
	17.30-19.00		17.30-19.00			16.00-17.30		
<b>Танцевальный спорт</b> Свиридова Наталья Петровна		15.40-17.40		15.40-17.40				Зал танцев
	18.00-20.30		18.00-21.00		18.00-20.30	10.00-14.00		
<b>Танцевальный спорт</b> Фомин Сергей Владимирович		15.40-17.40		15.40-17.40				Зал танцев
						10.00-14.00		
<b>Футбол</b> Подоприхин Александр Павлович	19.40-21.40		19.30-21.30			17.00-18.30	17.00-18.30	Игровой зал 1
<b>Футбол</b> Плотников Николай Михайлович	9.00-10.30		9.00-10.30		9.00-10.30			Игровой зал 1
	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-18.00			

<b>Игровой зал №1</b>	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Шаманаев Валерий Александрович		17.00-19.00		17.00-19.00	19.15.-21.15		
	9.00-10.30		09.00-10.30		09.00-10.30		
Плотников	16.00-17.30		16.00-17.30	09.30-10.30	16.40-18.40	09.30-10.30	
Новакова Ирина Владимировна	17.30-19.00		17.30-19.00			16.00-17.30	
Группа здоровья	19.30-21.00		19.30-21.00				
Группа здоровья Энтер		19.00-21.00		19.00-21.00			
Нефедов В. А.			10.40-12.00?			18.00-19.00	
Волейбол здоровье					19.00-21.00		19.00-21.00
Сарапина С.Ю. бочча	13.00-15.45		13.00-15.45		13.00-16.30		
<b>Игровой Зал №2</b>							
	08.00-11.00		08.00-11.00		08.00-11.00		
Джанхотов	14.00-17.00		14.00-17.00		14.00-17.00		
Подоприхин	19.30-20.30		18.30-20.30			17.00-18.30	17.00-18.30
Хаски	18.30-19.30	19.30-21.00			18.30-19.30		
Мухтаров/Терещенко						15.30-17.00	
<b>Тренажерный зал</b>							
	10.00-12.00		10.00-12.00		10.00-12.00		
группа ЛФД	17.00-20.00		17.00-20.00		17.00-20.00		
		08.30-09.30					
Мухтаров		17.00-19.00					

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
<b>Зал №1</b>	9.00-10.30 Плотников Н.М.	08.00-11.00 Джанхотов В.В.	9.00-10.30 Плотников Н.М.	08.00-11.00 Джанхотов В.В.	9.00-10.30 Плотников Н.М.	08.00-11.00 Джанхотов В.В.	17.00-18.30 Подоприхин А.В.
	16.00-17.30 Плотников Н.М.	14.00-16.45 Джанхотов В.В.	10.40-12.00-Нефедов В.А.	14.00-16.45 Джанхотов В.В.	16.00-17.30 Плотников Н.М.	14.00-16.45 Джанхотов В.В.	
	18.30-19.30 ХАСКИ	17.00-19.00 Шаманаев В.А.	16.00-17.30 Плотников Н.М.	17.00-19.00 Шаманаев В.А.	18.30-19.30 ХАСКИ	17.00-18.30 Подоприхин А.В.	
	19.40-21.20 Подоприхин А.В.	19.30-21.00-ГЗ Кузнецов		19.30-21.00-ГЗ Кузнецов	19.40-21.40 Шаманаев В.А.		
			19.30-21.30 Подоприхин А.В.				
<b>Зал №2</b>	13.00-16.00 Сарапина С.Ю.		13.00-16.00 Сарапина С.Ю.		13.00-16.00 Сарапина С.Ю.		
	17.30-19.00-Новакова И.В.		17.30-19.00-Новакова И.В.			16.00-17.30 Новакова И.В.	
	19.30-21.30 <b>Здоровье</b>	19.00-21.00 Энтер		19.00-21.00 Энтер	19.30-21.30 <b>Здоровье</b>		