

Утверждаю
директор МАУ ДО ДЮСШ
по хоккею с шайбой
В.И. Федорова
«01» октября 2020 г.

Расписание учебно-тренировочных занятий МАУ ДО ДЮСШ по хоккею с шайбой с 01.10.2020 г. по 31.05.2021 г.



Ф.И.О. тренера-преподавателя /инструктора	Наименование и номер группы	Дни недели						
		понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
Вознесенская Зоя Олеговна тренер-преподаватель отделения фигурного катания	Учебная группа СОГ-3 № 11	17:25-17:35 ОФП 17:45-18:45 ЛП «Пионер»	19:00-19:30-ТП 19:30-20:00 ОФП Московский пр.169А	Выходной	14:55-15:05 СФП 15:15-16:15 ЛП «Пионер»		15:10-15:20 СФП 15:30-16:30 ЛП «Пионер»	
	Учебная группа СОГ-3 № 12	13:40-13:50 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»		Выходной		13:40-13:50 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	10:00-10:30 ТП 10:30-11:00 ОФП Московский пр.169А	13:40-13:50 ОФП 14:10-15:10 ЛП «Пионер»
Бех Андрей Сергеевич Тренер-преподаватель отделения фигурного катания на коньках	Учебная группа СГФК № 15 (10)	16:05-16:20 ОФП 16:30-17:30 ЛП «Пионер»	15:40-16:25 ТП 16:30-17:15 СФП Московский пр.169А	17:30-18:30 ОФП Московский пр.169А	16:30-17:30 ЛП 17:40-17:55 ОФП «Пионер»	16:30-17:30 ЛП 17:40-17:55 ОФП «Пионер»	Выходной	11:15-11:30 ОФП 11:40-12:40 ЛП «Пионер»
	Учебная группа СГФК № 14 (8)	17:45-18:45 ЛП 18:55-19:00 ОФП «Пионер»		15:40-16:25 ТП 16:35-17:20 СФП Московский пр.169А	15:00-15:05 ОФП 15:15-16:15 ЛП «Пионер»	15:00-15:05 ОФП 15:15-16:15 ЛП «Пионер»	Выходной	13:00-14:00 ЛП 14:20-14:35 ОФП «Пионер»
	Учебная группа СОГ-3 № 13	14:00-15:00 ЛП 15:10-15:25 ОФП «Пионер»	14:30-15:30 ОФП Московский пр.169А	14:30-15:00 ТП 15:00-15:30 ОФП Мос.пр.169А			13:35-13:50 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	Выходной
Суворов Глеб Александрович инструктор по хоккею	Учебная группа СГ №20 (вратари)		15:15-16:15 ЛП 16:30-17:00 ОФП «Пионер»		15:15-16:00 ТП 16:10-16:55 СФП «Пионер»		9:50-10:10 ОФП 10:20-11:30 ЛП «Пионер»	Выходной
Киселёв Константин Сергеевич тренер-преподаватель отделения хоккея	Группа ГТЭ(СС)-3 № 4 2008	Выходной	15:10-16:10 ОФП 16:20-17:20 СФП 17:45-18:45 ЛП «Пионер» Киселёв К.С.	14:00-15:00 ТП 17:45-18:45 ЛП Киселёв/Гимаев 19:00-20:00 КП «Пионер» Киселёв К.С.	15:10-16:10 ОФП 16:20-17:20 СФП Киселёв/Гимаев 17:45-18:45 ЛП «Пионер» Киселёв К.С.	14:50-15:50 ТП 15:50-16:50 КП Киселёв/Гимаев 17:00-18:00 СФП «Пионер» Киселёв К.С.	12:50-14:00 ЛП 14:10-15:10 ТП 15:20-16:10 ВМ Киселёв/Гимаев «Пионер»	8:00-8:50 СФП 9:00-10:10 ЛП «Пионер» 12:40-13:40 ТП «Пионер» Киселёв
	Группа ГТЭ(СС)-1 №5 2009	Выходной	14:00-15:00 ТП 17:45-18:45 ЛП 19:00-20:00 ВМ Киселёв/ Овчинников Р.В.	15:20-16:20 КП 16:30-17:30 ЛП Овчинников /Киселёв	14:00-15:00 ТП 19:00-20:00 ОФП Киселёв/ Овчинников Р.В. «Пионер»	13:40-14:40 ТП 18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 ЛП Киселёв/ Овчинников	8:50-9:50 СФП 9:50-10:50 ВМ Киселёв/ Овчинников «Пионер»	10:20-11:30 ЛП 11:40-12:30 ОФП Киселёв/ Овчинников Р.В. «Пионер»

			«Пионер»	«Пионер»		«Пионер»		
	Группа СОГ 1 №23 2015	Выходной	7:45-8:45 ЛП 9:00-9:30 ОФП «Пионер»		7:45-8:45 ЛП 9:00-9:30 ТП «Пионер»		11:00-11:30 ОФП 11:40-12:40 ЛП «Пионер»	
Мирошниченко Алиса Николаевна Тренер-преподаватель отделения кёрлинга	Группа ГТЭ (СС) – 4 № 19	14:00-15:00 ТП 17:00-18:00 ЛП (дорожка 1) 18:10-19:10 ВМ «Пионер»	14:00-15:00 ТП 17:00-18:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	13:00-14:00 КП 15:00-16:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	15:00-16:00 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 1) 17:00-18:00 ТП 18:00-19:00 ВМ «Пионер»	13:00-14:00 ТП 17:30-18:30 СФП 18:30-19:30 ВМ «Пионер»	14:00-15:00 ОФП 15:00-16:00 СФП 16:00-17:00 ТП 17:00-18:00 ВМ «Пионер»	Выходной
	Группа ГТЭ (СС) – 1 № 21	17:00-18:00 ЛП (дорожка 2) 18:10-19:10 ВМ «Пионер»	15:00-16:00 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	14:00-15:00 КП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	13:00-14:00 КП 14:00-15:00 ОФП «Пионер»	15:00-16:00 КП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	12:00-13:00 СФП 13:00-14:00 ВМ «Пионер»	Выходной
	Группа ГЭССМ №2	8:00-9:00 ТП 9:00-10:00 ОФП 17:00-18:00 ЛП (дорожка 1) 19:10-20:10 ВМ «Пионер»	7:00-8:00 КП 12:00-13:00 ТП 17:00-18:00 ЛП (дорожка 1) 19:00-20:00 ТП «Пионер»	7:00-8:00 КП 17:20-18:20 СФП 18:20-19:20 ТП 19:20-20:20 ВМ «Пионер»	7:00-8:00 КП 8:00-9:00 ЛП (дорожка 2) 12:00-13:00 ТП 19:00-20:00 СФП «Пионер»	7:00-8:00 КП 8:00-9:00 ЛП (1 дорожка) 9:00-10:00 ТП 10:00-11:00 ВМ «Пионер»	7:00-8:00 КП 18:20-19:20 ОФП 19:20-20:20 СФП 20:20-21:20 ВМ «Пионер»	Выходной
Упоров Дмитрий Владимирович Инструктор по кёрлингу	Группа ГЭНП 1 №17		15:00-16:00 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	Выходной		15:00-16:00 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	11:00-12:00 ТП 12:10-13:10 СФП Московский пр.169А	
	Учебная группа СОГ-1 № 16	15:20-15:50 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»		Выходной	15:20-15:50 ОФП 16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»		11:15-12:00 ТП 12:10-12:55 СФП Московский пр.169А	
Назаров Александр Евгеньевич Тренер-преподаватель отделения хоккея	Группа ГЭНП-2 № 7/1 2011	7:50-8:50 ОФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»		7:50-8:50 ОФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»	7:50-8:50 СФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»		8:00-8:50 ТП 9:00-10:10 ЛП 10:20-11:20 ВМ «Пионер»	Выходной
	Группа ГЭНП-2 № 7/2 2011	15:15-16:15 ЛП 16:30-17:30 ОФП «Пионер»		15:15-16:15 ЛП 16:30-17:30 ОФП «Пионер»	14:00-15:00 ЛП 15:10-16:10 СФП «Пионер»			Выходной
	Учебная группа СОГ-2 № 10 2013		13:20-13:50 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	13:20-13:50 ТП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»			11:40-12:40 ЛП 12:50-13:20 СФП «Пионер»	Выходной
Прижигалинский Максим Юрьевич	Учебная группа СОГ-2 № 9		7:45-8:45 ЛП 8:55-9:25 СФП «Пионер»		7:45-8:45 ЛП 8:55-9:25 ОФП «Пионер»		11:40-12:40 ЛП 12:50-13:20 ТП «Пионер»	Выходной

Тренер-преподаватель отделения хоккея	2014							
	Учебная группа ГЭНП 1 № 8/1 2012	8:20-8:50 ОФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»		8:20-8:50 ОФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»	8:20-8:50 СФП 9:00-10:00 ЛП «Пионер»		9:40-10:10 ТП 10:20-11:20 ЛП «Пионер»	Выходной
	Учебная группа ГЭНП 1 № 8/2 2012	14:35-15:05 ОФП 15:15-16:15 ЛП		14:35-15:05 ОФП 15:15-16:15 ЛП	13:20-13:50 СФП 14:00-15:00 ЛП			Выходной
Фатахов Рамиль Камилевич тренер-преподаватель отделения хоккея	Группа ГТЭ(СС)-5 № 1 2002	Выходной	13:00-14:00 ТП 14:00-15:00 ТП Прижигалинский М.Ю. 16:30-17:30 ЛП «Пионер» Фатахов Р.К.	19:00-20:00 ОФП 20:10-21:10 ТП Овчинников Р.В. 21:30-22:45 ЛПСб Горького 87 Фатахов Р.К.	13:00-14:00 КП 14:00-15:00 ОФП Фатахов /Р.К. 15:10-16:10 СФП 16:20-17:20 ВМ С/З Артиллер.18 Овчинников Р.В.	13:00-14:00 ТП 14:00-15:00 ТП С/З Артиллерийск.18 Прижигалинский М.Ю.	19:00-20:00 ОФП 20:10-21:10 ТП Суворов Г.А. 21:30-22:45 ЛПСб Горького 87 Фатахов Р.К.	14:50-15:10 ОФП Овчинников Р.В. 15:20-16:30 ЛП 16:40-17:40 ВМ «Пионер» Фатахов Р.К.
	Группа ГТЭ(СС)-4 № 3 2007	Выходной	15:15-16:15 ЛП 17:40-18:40 КП Фатахов/ Прижигалинский 18:50-19:50 ОФП Фатахов/Гимаев «Пионер»	15:10-16:10 ОФП 16:30-17:30 ЛП Фатахов/ Прижигалинский «Пионер»	17:45-18:45 ЛП 18:55-19:55 ВМ Фатахов/ Прижигалинский «Пионер»	16:35-17:35 ОФП 17:45-18:45 ЛП Фатахов/ Прижигалинский 18:55-19:55 ВМ «Пионер»	13:10-14:00 ТП 14:10-15:20 ЛП Фатахов/ Прижигалинский 15:30-16:30 ВМ 16:40-17:40 ВМ «Пионер»	10:00-11:00 КП 11:10-12:10 СФП Фатахов/ Прижигалинский 12:20-13:20 ТП 13:30-14:30 ВМ Фатахов/Гимаев Московский пр.169А

ЛП – ледовая подготовка

ОФП- общая физическая подготовка

СФП – специальная физическая подготовки

КП – кроссовая подготовка

ТП – теоретическая, тактическая, психологическая подготовки

ВМ – восстановительные мероприятия

ВП – видео-просмотр