Утверждаю
директор МАУ ДО ДЮСШ по хоккею с шайбой
В.И. Федорова
«31» января 2021г.

Расписание учебно-тренировочных занятий МАУ ДО ДЮСШ по хоккею с шайбой с 02.02.2022 г. по 31.05.2022 г.

Ф.И.О. тренера-преподавателя /инструктора	Наименование и номер группы	Дни недели						
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Фралова Анастасия Вадимовна Тренер-преподаватель отделения фигурного катания на коньках	Учебная группа СГФК №12	15:15-16:15 ЛП ФОК «Пионер»	-	15:30 -16:15 СФП 16:20-17:05 ОФП (С/З -Московский пр.169А)	15:15-16:15 ЛП ФОК «Пионер»	17:30-18:15 ОФП 18:20-18:55 СФП (С/З Московский пр.169А)	Выходной	14:20-15:30 ЛП ФОК «Пионер»
	Учебная группа СОГ-1№6	-	13:00-13:30 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	-	13:00-13:30 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	15:30 -16:15 СФП 16:20-17:05 ОФП (С/З -Московский пр.169А)	Выходной	-
	Учебная группа СОГ3№13 (2 см.)		10:40-11:20 ОФП 11:30-12:30 ЛП ФОК «Пионер»		10:40-11:20 СФП 11:30-12:30 ЛП ФОК «Пионер»		Выходной	14:20-15:30 ЛП ФОК «Пионер»
Липанов Андрей Александрович Тренер-преподаватель отделения фигурного катания на коньках	Учебная группа СГФК № 15	16:30-17:30 ЛП «Пионер»	16:30-17:30 ЛП «Пионер»	17:30-18:15 ОФП 18:20-19:05 СФП (С/З Московский пр.169А)	16:30-17:30 ЛП «Пионер»	17:30-18:15 ОФП 18:20-19:05 СФП (С/З Московский пр.169А)	Выходной	12:30-12:50 ТП 13:00-14:10 ЛП ФОК «Пионер»
	Учебная группа СОГ-3 № 11	15:15-16:15 ЛП ФОК «Пионер»		15:30 -16:15 СФП 16:20-16:55 ОФП (С/З -Московский пр.169А)	15:15-16:15 ЛП ФОК «Пионер»		Выходной	14:20-15:30 ЛП ФОК «Пионер»
	Учебная группа СОГ-1 №14	-	13:00-13:30 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	-	13:00-13:30 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	15:30 -16:15 СФП 16:20-17:05 ОФП (С/З -Московский пр.169А)	Выходной	-
Суворов Глеб Александрович инструктор по хоккею	Учебная группа СГ №20 (6) (вратари)	17:00-17:30 ОФП 17:45-18:45 ЛП «Пионер»	-	17:30-18:15 СФП 18:20-19:05 ТП (С/З -Московский пр.169А)	-	17:00-17:30 ОФП 17:45-18:45 ЛП «Пионер»	-	Выходной

Киселёв Константин Сергеевич тренер-преподаватель отделения хоккея	**Группа ГТЭ(СС)-4 № 4/1 (1 см.-18) 2008**	**Выходной**	**9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 СФП Киселёв/Пионер 11:00-12:00 ТП 12:00-13:00 ВМ Гимаев/Пионер**	**10:00-11:00 КП 11:00-12:00 ТП Киселёв/ «Пионер» 12:00-13:00 ВМ Гимаев/«Пионер»**	**9:00-10:00 ЛП Гимаев/«Пионер» 10:00-11:00 ОФП 11:00-12:00 ВМ Киселёв/Пионер**	**9:00-10:00 ЛП Гимаев/«Пионер» 10:00-11:00 ОФП 11:00-12:00 ТП Киселёв/«Пионер»**	**14:20-15:30 ЛП 15:40-16:30 ТП «Пионер» Киселёв**	**8:00-9:00 ТП 9:00-10:00 СФП 10:20-11:30 ЛП «Пионер» Киселёв**
	Группа ГТЭ(СС)-4 № 4/2 (2 см.-18) 2008	**Выходной**	**14:30-15:30 ТП 15:30-16:30 ОФП Киселёв/Пионер 16:30-17:30 СФП Гимаев/«Пионер»**	**15:30-16:30 ТП 16:30-17:30 ЛП Киселёв «Пионер» 17:30-18:30 СФП 18:30-19:30 ВМ «Пионер»/Гимаев**	**15:45-16:45 ОФП 16:45-17:45 ВМ 17:45-18:45 ЛП «Пионер» Киселёв**	**14:30-15:30 КП 15:30-16:30 ОФП Гимаев/Пионер 16:30-17:30 ЛП «Пионер» Киселёв**		
	Группа ГТЭ(СС)-2№5/1 (1 см.-14) 2009	**Выходной**	**9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 СФП «Пионер» Овчинников**	**10:00-11:00 КП 11:00-12:00 ТП «Пионер» Овчинников**	**9:00-10:00 ЛП «Пионер» Киселёв 10:00-11:00 ОФП Овчинников /Пионер**	**9:00-10:00 ЛП «Пионер» Киселёв 10:00-11:00 ОФП «Пионер» Овчинников**	**08:30-09:00 КП 9:00-10:00 СФП 10:00-11:00 ВМ «Пионер» Киселёв**	**11:40-12:50 ЛП 13:00-14:00 ОФП Киселев/Пионер 14:00-15:20 ВМ «Пионер» Овчинников**
	Группа ГТЭ(СС)-2№5/2 (2 см.-14) 2009	**Выходной**	**17:45-18:45 ЛП «Пионер» Киселёв 18:45-19:45 ОФП Овчинников/ Пионер**	**15:30-16:30 ТП 16:30-17:30 ЛП «Пионер» Овчинников**	**17:45-18:45 ОФП Овчинников/ Пионер 18:45-19:45 ВМ Киселёв/Пионер**	**16:30-17:30 ЛП «Пионер» Овчинников 17:30-18:30 ВМ Киселёв/Пионер**		
	Группа СОГ 2 №18 (6) 2015	**Выходной**	**7:45-8:45 ЛП «Пионер»**	**7:45-8:45 ЛП 8:50-9:20 СФП «Пионер»**	**7:45-8:45 ЛП «Пионер»**	-	**12:20-12:50 ТП 13:00-13:20 ОФП 13:20-14:00 КП «Пионер»**	-
Мирошниченко Алиса Николаевна Тренер-преподаватель отделения кёрлинга	**Группа ГТЭ (СС) – 2 № 21 (12)**	**16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) 17:00-18:00 ТП «Пионер»**	**16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) 17:00-18:00 ТП «Пионер»**	**16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) 17:00-18:00 ТП «Пионер»**	**14:00-15:00 КП 15:00-16:00 ТП 16:00-17:00 ОФП «Пионер»**	**16:00-17:00 ЛП (дорожка 2) 17:00-18:00 ОФП «Пионер»**	**16:00-17:00 СФП «Пионер»**	**Выходной**
	Группа ГТЭ (СС) – 5 № 19 (18)	**8:00-9:00 ТП 18:00-19:00 ЛП (дорожка 1) 19:00-20:00 ОФП «Пионер»**	**8:00-9:00 ТП 18:00-19:00 ЛП (дорожка 1) 19:00-20:00 СФП «Пионер»**	**8:00-9:00 ТП 18:00-19:00 ЛП (дорожка 1) 19:00-20:00 СФП «Пионер»**	**8:00-9:00 ТП 17:00-18:00 СФП 18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 ВМ «Пионер»**	**8:00-9:00 ТП 18:00-19:00 ЛП (дорожка 1) 19:00-20:00 ОФП «Пионер»**	**8:00-9:00 ТП 10:00-11:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»**	**Выходной**

	Группа ГЭССМ №2 (24 часа в неделю)	Работа по индивидуальным планам						
	Группа ГЭНП-2 №22 (9)	14:30-15:00 ОФП 15:00-16:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	14:30-15:00 СФП 15:00-16:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	14:00-15:00 КП 15:00-16:00 ОФП «Пионер»	-	14:00-15:00 ТП 15:00-16:00 ЛП (дорожка 1) «Пионер»	14:00-15:00 ТП 15:00-16:00 ОФП «Пионер»	Выходной
Федорова Алина Максимовна Инструктор по кёрлингу	Группа ГЭНП-1 №17 (6)	16:30-17:00 ОФП 17:00-18:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	15:00-16:00 ЛП (дорожка 2) 16:00-17:00 СФП 17:00-18:00 ТП «Пионер»	-	16:30-17:30 ЛП (дорожка 2) 17:30-18:00 ОФП «Пионер»	-	-	Выходной
	Учебная группа СОГ-1 № 16 (6)	9:20-9:50 ОФП 10:00-11:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	9:20-9:50 ОФП 10:00-11:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	-	9:20-9:50 ОФП 10:00-11:00 ЛП (дорожка 2) «Пионер»	-	-	Выходной
Назаров Александр Евгеньевич Тренер-преподаватель отделения хоккея	Группа ГЭНП-3 № 7/1 (1см.-9) 2011	-	9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 ТП «Пионер»	-	9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 ОФП «Пионер»	9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 СФП 11:00-12:00 ВМ «Пионер»	10:20-11:30 ЛП 11:40-12:30 ТП «Пионер»	Выходной
	Группа ГЭНП-3 № 7/2 (2 см.-9) 2011	-	15:15-16:15 ЛП 16:30-17:30 ТП «Пионер»	15:15-16:15 ЛП 16:30-17:30 СФП «Пионер»	-	15:15-16:15 ЛП 16:30-17:30 ОФП 17:30-18:30 ВМ «Пионер»		Выходной
	Группа ГЭНП-1 № 10/1 (1см.-6) 2013	9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 ТП «Пионер»	-	9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 СФП «Пионер»	10:00-10:50 ОФП «Пионер»	-	9:00-10:10 ЛП «Пионер»	Выходной
	Группа ГЭНП-1 № 10/2 (2см.-6) 2013	14:00-15:00 ЛП 15:00-16:00 ТП «Пионер»	-	14:00-15:00 ЛП 15:00-16:00 СФП «Пионер»	14:00-14:50 ОФП (С/З Московский пр.169А)	-		Выходной
Прижигалинский Максим Юрьевич Тренер-преподаватель	Учебная группа СОГ-3 № 9 2014	13:30-14:00 ОФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	-	13:30-14:00 СФП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	-	13:30-14:00 ТП 14:00-15:00 ЛП «Пионер»	-	Выхлдной

отделения хоккея	**Учебная группа ГЭНП 2 № 8/1 (1 см.-9) 2012**	**9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 ТП «Пионер» Прижигалинский**	-	**9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 СФП «Пионер» Прижигалинский**	-	**9:00-10:00 ЛП 10:00-11:00 ОФП «Пионер» Прижигалинский**	**10:30-11:20 ОФП 11:40-12:50 ЛП 12:50-13:50 ТП «Пионер» Прижигалинский**	**Выходной**
	Учебная группа ГЭНП 2 № 8/2 (2 см.-9) 2012	-	**14:15-15:15 ТП 15:15-16:15 ЛП «Пионер» Прижигалинский**	**15:15-16:15 ЛП 16:15-17:15 СФП «Пионер» Прижигалинский**	-	**15:15-16:15 ЛП 16:15-17:15 ОФП «Пионер» Прижигалинский**		**Выходной**
Лимарев Владимир Фёдорович тренер-преподаватель отделения хоккея	**Группа ГТЭ(СС)-5 № 1 (18) 2002**	**Выходной**	**17:00-18:00 ТП 18:00-19:00 КП 19:00-20:00 ЛП «Пионер»**	**17:00-18:00 СФП 18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 ВМ (С/З Артилерийская)**	**17:00-18:00 ОФП 18:00-19:00 ВМ 19:00-20:00 ЛП «Пионер»**	**17:00-18:00 СФП 18:00-19:00 ВМ 19:00-20:00 ЛП «Пионер»**	**17:00-18:00 ОФП 18:00-19:00 ВМ 19:00-20:00 ЛП ФОК Горького**	**17:00-18:00 СФП 18:00-19:00 ТП 19:00-20:00 ЛП ФОК Горького**
Ермаков Александр Викторович тренер-преподаватель отделения хоккея	**Группа ГТЭ(СС)-5 № 3 (18) 2007**	**16:30-17:30 ОФП 17:45-18:45 ЛП 18:45-19:45 ВМ «Пионер»**	**16:30-17:30 СФП 17:45-18:45 ЛП 18:45-19:45 ВМ «Пионер»**	**16:30-17:30 ТП 17:45-18:45 ЛП 18:45-19:45 ТП «Пионер»**	**16:30-17:30 ОФП 17:45-18:45 ЛП 18:45-19:45 ВМ «Пионер»**	**16:30-17:30 КП 17:45-18:45 ЛП 18:45-19:45 ВП «Пионер»**	**15:40-16:50 ЛП 16:50-17:40 ТП 17:40-18:40 ВМ «Пионер»**	**Выходной**
Гимаев Ринат Фаритович тренер-преподаватель отделения хоккея	**Учебная группа СОГ-1 № 23 (6) 2016**	**7:45-8:45 ЛП 9:00-9:30 ОФП «Пионер»**	**7:45-8:45 ЛП 9:00-9:30 СФП «Пионер»**	-	-	-	**12:30-12:50 ТП 13:00-14:10 ЛП «Пионер»**	**Выходной**

ЛП – ледовая подготовка
ОФП - общая физическая подготовка
СФП – специальная физическая подготовка
КП – кроссовая подготовка
ТП – теоретическая, тактическая, психологическая подготовки
ВМ – восстановительные мероприятия
ВП – видео-просмотр
ХП - хореографическая подготовка