**РАСПИСАНИЕ**

тренировочных занятий в спортзале АУ «СШ №1» г. Чебоксары

**с 01 сентября 2019 года**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **ФИО тренера/ группа** | | | **Объем трен. нагрузки** | | **Кол-во**  **спортсменов** | **ПН** | | | **ВТ** | | **СР** | | | **ЧТ** | | **ПТ** | | | **СБ** | | | **ВС** | | |
| **СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №10 г. Чебоксары**  **ОТДЕЛЕНИЕ БАДМИНТОН** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Сергеев Григорий Викторович** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **НЭ 1 года** | | | **6** | | **19** | **15.00-16.30**  СШ №1 | | |  | | **15.00-16.30**  СШ №1 | | |  | | **15.00-16.30**  СШ №1 | | |  | | |  | | |
|  | | **ТЭ-3 г.сп.п.**  **(угл.спец.)** | | | **18** | | **18** | **16.45-19.00**  СШ №1 | | | **16.45-19.00**  СШ №1 | | **16.45-19.00**  СШ №1 | | |  | | **16.45-19.00**  СШ №1 | | | **14.30-16.45**  СШ №1 | | | **13.30-15.45**  СШ №1 | | |
| **Григорьева Надежда Николаевна** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **НЭ 1 года** | | | **6** | | **14** | **09.00-10.30**  СШ №1 | | |  | | **09.00-10.30**  СШ №1 | | |  | | **09.00-10.30**  СШ №1 | | |  | | |  | | |
|  | | **ТЭ-1 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **16** | **14.30-16.45**  СШ №1 | | |  | | **14.30-16.45**  СШ №1 | | |  | | **14.30-16.45**  СШ №1 | | |  | | | **09.00-11.15**  СШ №1 | | |
|  | | **ТЭ-2 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **30** | **16.45-19.00**  СШ №1 | | |  | | **16.45-19.00**  СШ №1 | | |  | | **16.45-19.00**  СШ №1 | | |  | | | **11.15-13.30**  СШ №1 | | |
| **Лисканюк Юлия Петровна** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | **НЭ св. 1 года** | | | **9** | | **16** |  | | | **16.00-19.00**  СШ №1 | |  | | | **16.00-17.30**  СШ №1 | |  | | |  | | | **13.30-15.45**  СШ №1 | | |
|  | | **ТЭ-1 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **18** |  | | | **16.00-19.00**  СШ №1 | |  | | | **16.00-17.30**  СШ №1 | |  | | | **14.45-17.00**  СШ №1 | | | **13.30-15.45**  СШ №1 | | |
| **СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №10 г. Чебоксары**  **ОТДЕЛЕНИЕ ФИТНЕС-АЭРОБИКА** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Сергеева Ксения Геннадьевна** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **ТЭ-1 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **12** | | | **14.30-16.45**  СШ №1  **нижн.зал** | | |  | | **14.30-16.45**  СШ №1  **нижн.зал** | | |  | | **14.30-16.45**  СШ №1  **Ниж.зал** | | | | **13.00-14.30**  **Бол.зал-1/2**  **14.30-15.15**  **ниж.зал** | |  | | | |
|  | **ТЭ-2 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **7** | | | **15.45-18.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | |  | | **15.45-18.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | |  | | **15.45-18.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | | |  | | | |
| **ТЭ-3 г.сп.п.**  **(угл.спец.)** | | | **16** | | **11** | | | **15.45-18.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | |  | | **15.45-18.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | |  | | **16.00-19.00**  СШ №1  **нижн-зал** | | | | **15.30-17.45**  СШ №1  **нижн.зал** | | **11.00-14.15**  СШ №1  **нижн.зал** | | | |
| **Шолкова Евгения Владимировна** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **НЭ св. 1 года**  **2 год** | | | **8** | | **10** | | | **17.45-19.45**  СШ №1  **Верх Зал** | | |  | | **17.45-19.45**  СШ №1  **Верх Зал** | | |  | | **17.45-19.45**  СШ №1  **Верх Зал** | | | |  | |  | | | |
|  | **ТЭ-1 г.сп.п.**  **(нач.спец.)**  **40 школа** | | | **12** | | **12** | | | **15.30-17.45 СШ №1 Верх. зал** | | |  | | **15.30-17.45 СШ №1 Верх. зал** | | |  | | **15.30-17.45 СШ №1 Верх. зал** | | | | **10.00-12.15**  **БАССЕЙН** | |  | | | |
|  | **ТЭ-2 г.сп.п.**  **(нач.спец.)** | | | **12** | | **13** | | |  | | | **17.00-19.15**  **СШ №1** **верх. зал** | |  | | | **17.00-19.15**  **СШ №1** **верх. зал** | | **17.30-19.45**  **СШ №1** в**ерх. зал** | | | | **13.00-15.15**  СШ №1  **верх. зал** | |  | | | |
| **СПОРТИВНАЯ АДАПТИВНАЯ ШКОЛА г. Чебоксары**  **ОТДЕЛЕНИЕ БАДМИНТОН (ПОДА. С ПОРТ ГЛУХИХ)** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Сергеев Григорий Викторович**  **Иванов Александр Федорович** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | **ПОДа** | | | | | | | 10.00-13.00  СШ №1 | 10.40-13.40  СШ №1 | | | | 10.00-13.00  СШ №1 |  | | | | 10.00-13.00  СШ №1 | |  | | | |  | | | | |
| **Краснова Галина Михайловна** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | **НЭ 1 года**  **(6 час.)** | | | | | | |  | 15.00-16.30  СШ №1 | | | |  | 16.00-17.30  СШ №1 | | | |  | | 10.00-14.30  СШ №1 | | | | 09.00-13.30  СШ №1 | | | | |

**РАСПИСАНИЕ ПЛАТНЫХ ГРУПП**

**АУ «СШ№1» г.Чебоксары**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **ПН** | **ВТ** | **СР** | **ЧТ** | **ПТ** | **СБ** | **ВС** |
| **БАДМИНТОН** | | | | | | | | |
| **Сергеев Григорий Викторович**  **тел. 89063841377** | | | | | | | | |
|  | бадминтон  мл. школьники | **13.30-15.00**  СШ №1 |  | **13.30-15.00**  СШ №1 |  | **13.30-15.00**  СШ №1 |  |  |
| **Григорьева Надежда Николаевна**  **тел. 89613451568** | | | | | | | | |
|  | бадминтон  мл. школьники | **09.00-10.30**  СШ №1 |  | **09.00-10.30**  СШ №1 |  | **09.00-10.30**  СШ №1 |  |  |
|  | бадминтон  мл. школьники | **13.00-14.30**  СШ №1 |  | **13.00-14.30**  СШ №1 |  | **13.00-14.30**  СШ №1 |  |  |
| **Лисканюк Юлия Петровна**  **тел. 9199798110** | | | | | | | | |
|  | бадминтон  мл. школьники |  | **09.00-10.30** СШ №1 |  | **09.00-10.30** СШ №1 |  |  |  |
|  | бадминтон  мл. школьники |  | **14.20-15.50** СШ №1 |  | **14.20-15.50** СШ №1 |  |  |  |
| **ФИТНЕС-АЭРОБИКА, ПИЛАТЕС** | | | | | | | | |
| **Сергеева Ксения Геннадьевна**  **тел. 89877367848** | | | | | | | | |
|  | фитнес-аэробика  Дошкольники | **18.00-19.00**  **Нижн-зал** |  | **18.00-19.00**  **Нижн-зал** |  |  |  |  |
|  | фитнес-аэробика  мл. школьники | **14.30-16.00**  **Нижн-зал** |  | **14.30-16.00**  **Нижн-зал** |  | **14.30-16.00**  **Нижн-зал** |  |  |
|  | фитнес-аэробика  Взрослые | **19.00-20.00**  **Верх-зал** |  | **19.00-20.00**  **Верх-зал** |  | **19.00-20.00**  **Верх-зал** |  |  |
| **Шолкова Евгения Владимировна**  **тел. 89530119195** | | | | | | | | |
|  | фитнес-аэробика  мл. школьники | **17.45-19.00**  **Верх. Зал** |  | **17.45-19.00**  **Верх. Зал** |  | **17.45-19.00**  **Верх. Зал** |  |  |
|  | фитнес-аэробика  мл. школьники |  | **15.30-17.00**  **Верх. Зал** |  | **15.30-17.00**  **Верх. Зал** |  |  |  |
|  | фитнес-аэробика  Взрослые |  | **19.25-20.25**  **Верх-зал** |  | **19.25-20.25**  **Верх-зал** |  |  |  |
| **Ксенофонтова Татьяна**  **тел. 89176792384** | | | | | | | | |
|  | Взрослые  степ-аэробика | **20.00-21.00**  **Верх. Зал** |  | **20.00-21.00**  **Верх. Зал** |  | **20.00-21.00**  **Верх. Зал** |  |  |
| **Петрова Елена**  **тел. 89176792384** | | | | | | | | |
|  | Взрослые  пилатес |  | **20.30-21.30**  **Верх. Зал** |  | **20.30-21.30**  **Верх. Зал** |  |  |  |
| **ЕДИНОБОРСТВА, УШУ, КИТАЙСКАЯ ГИМНАСТИКА** | | | | | | | | |
| **Макарова Екатерина Алексеевна**  **тел. 89033599112** | | | | | | | | |
|  | ушу-саньда  мл. школьники | **08.30-09.50**  **Нижн-зал** |  | **08.30-09.50**  **Нижн-зал** |  |  |  |  |
|  | ушу-саньда  мл. школьники |  | **16.00-17.20**  **Нижн-зал** |  | **16.00-17.20**  **Нижн-зал** |  |  |  |
|  | ушу-саньда  дошкольники |  | **17.20-18.15**  **Нижн-зал** |  | **17.20-18.15**  **Нижн-зал** |  |  |  |
|  | ушу-саньда  взрослые |  | **18.15-20.00**  **Нижн-зал** |  | **18.15-20.00**  **Нижн-зал** |  | **18.15-20.00**  **Нижн-зал** |  |
| **Фалина Елена Александровна**  **тел. 89279947322** | | | | | | | | |
|  | Китайская гимнастика |  | **20.10-21.10**  **Нижн. Зал** |  | **20.10-21.10**  **Нижн. Зал** |  | **10.00-11.00**  **Нижн. Зал** |  |
| **Павлов Сергей Владиславович** | | | | | | | | |
|  | ушу-саньда  взрослые | **19.30-21.00**  **Нижний зал** |  | **19.30-21.00**  **Нижний зал** |  |  |  |  |
| **Филимонова Наталия Вячеславовна**  **тел. 89176666584** | | | | | | | | |
|  | Кавер-дэнс  студенты |  |  |  |  | **19.00-21.00 Нижн.зал** |  | **12.00-16.00**  **Верх.зал** |
|  | Здоровый позвоночник | **10.00-11.00**  **Нижн.зал** | **10.00-11.00**  **Нижн.зал** | **10.00-11.00**  **Нижн.зал** | **10.00-11.00**  **Нижн.зал** | **10.00-11.00**  **Нижн.зал** |  |  |