

УТВЕРЖДЕНО
 Приказ № 24-ОД от 01.09.2023 года,
 Приказ № 33-ОД от 04.10.2023 года.
 Директор МБОУДО «СШ № 6»
 В.Л. Жуков

**Расписание
 учебно-тренировочных занятий на 2023-2024 учебный год**

10п /п	ФИО	Вид спорта	Наименование учебных групп	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
ДЗЮДО										
1	Белякин И.В. 54 часа	Тренер-преподаватель	ТЭ - 3 г.об. 12 час./13 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	9 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ (ОФП) 4 часа
			ТЭ - 5 г.об. 18 час./6 чел.	14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа		14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа	13 ⁰⁵ -16 ⁰⁵ (ОФП) 3 часа			
			ЭССМ – 24 час./3 чел.	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа		6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ восст. мер 4 часа
2	Биркин Д.В. 26 часов	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		ВЫХОДНОЙ
			ЭНП – 3 г.об. 8 час./13 чел.	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		
			ТЭ - 2 г.об. 12 час./12 чел.	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		
3	Бирюков Д.С. совместитель 20 часов	Тренер-преподаватель	ЭНП - 2 г.об. 8 час./14 чел.	9 ³⁰ -11 ³⁰ 2 часа	9 ³⁰ -11 ³⁰ 2 часа	9 ³⁰ -11 ³⁰ 2 часа	9 ³⁰ -11 ³⁰ 2 часа			ВЫХОДНОЙ
			ТЭ - 2 г.об. 12 час./12 чел.	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ 1,5 часа	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ 1,5 часа	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ 1,5 часа	18 ³⁰ -20 ⁰⁰ 1,5 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа	
4	Бутин О.Е. 32 часа	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		ВЫХОДНОЙ
			ЭНП - 2 г.об. 8 часов/13 чел.	13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	
			ТЭ - 4 г.об. 18 часов/6 чел.	18 ⁰⁰ 21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ 21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ 21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	

5	Гончаров А.В. 38 часов	Тренер-преподаватель	ЭНП - 1 г.об. 6 час./12 чел.		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		ВЫХОДНОЙ	14 ¹⁰ -16 ¹⁰ 2 часа
			ЭНП - 3 г.об. 8 час./13чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа
			ЭССМ – 24 часа/2 чел.	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа		7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 11 ⁰⁵ -14 ⁰⁵ 4 часа
6	Гурьев А.П. 32 часа	Тренер-преподаватель	ТЭ - 2 г.об. 12 час./6 чел.	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа(ОФП)	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа		9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа		ВЫХОДНОЙ	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа
			ТЭ - 3 г.об. 12 час./12 чел.		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./14 чел.	16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 2 часа		16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа(ОФП)
7	Жуков В.Л. 18 часов	Тренер-преподаватель	ТЭ - 4 г. об. 18 час./12 чел.	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	ВЫХОДНОЙ	11 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ 3 часа				
8	Куликов Ю.В. 38 часов	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		ВЫХОДНОЙ	12 ⁵⁰ -14 ⁵⁰ 2 часа
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./13чел.	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа(ОФП)
			ЭССМ 24 часа/2 чел.	6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа	6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа	6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа	6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа	6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа		6 ³⁰ -7 ³⁰ Зарядка 17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 4 часа

9	Любицкий А.А. 38 часов	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./13 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 час		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 час		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 час		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа
			ЭССМ 24 час./1 чел.	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа		7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 11 ⁰⁵ -14 ⁰⁵ 4 часа
10	Шибина Г.В. 34 часа	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.		16 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 час		ВЫХОДНОЙ	12 ⁴⁰ -14 ⁴⁰ 2 часа
			СОЭ 6 час.10 чел.		14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)		16 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 2 часа			10 ³⁰ -12 ³⁰ 2 часа

			СОЭ 6 час./10 чел.	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час		19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час	8 ²⁰ - 10 ²⁰ 2 часа	
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./10 чел.	16 ⁵⁵ - 18 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)		14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа	14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа	
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./10 чел.	14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)		17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа		16 ⁵⁵ - 18 ⁵⁵ 2 часа	17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа	

ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА, ПАУЭРЛИФТИНГ

11	Петров Д.Е. 24 часа	Тренер-преподаватель	ЭНП - 2 г.об. 8 час./10 чел.	16 ⁵⁵ - 18 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)		17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа	17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./10 чел.	14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа(ОФП)		17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа		14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа	14 ⁵⁰ - 16 ⁵⁰ 2 часа	
			ЭНП - 2 г.об. 8 час./10 чел.	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ 1 час		17 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ 2 часа(ОФП)	12 ⁴⁰ - 14 ⁴⁰ 2 часа	12 ⁴⁰ - 14 ⁴⁰ 2 часа	
12	Крутских А.И. 24 часа: 18 часов-Т/а 6 часов- пауэрлифтинг	Тренер-преподаватель	ТЭ - 3 г.об. 12 час./6 чел.	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	ВЫХОДНОЙ	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа
			СОЭ 6 час./10 чел.	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		
			СОЭ 6 час./10 чел. пауэрлифтинг		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа			14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа
13	Мургин А.Л. 45 час	Тренер-преподаватель	ТЭ - 2 г.об. 12 час./12чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа				
			ТЭ - 5 г.об. 15 час./6 чел.	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа		15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа		15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа
			ЭССМ 18 час./6 чел.	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа		7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ Зарядка 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа
14	Первушин М.И. 32 часа: 26 час- т/а, 6 час - пауэрлифтинг	Тренер-преподаватель	ЭНП - 1 г.об. 6 час./10 чел.	14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа		14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа		14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			ЭНП - 3 г.об. 8 час./12 чел.		14 ⁵⁰ -17 ⁵⁰ 3 часа		13 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 3 часа			12 ⁵⁰ -14 ⁵⁰ 2 часа
			ТЭ - 3 г.об. 12 час./6 чел.	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа			15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа
			СОЭ 6 час./10 чел. пауэрлифтинг		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа			17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа

15	Ролдугин В.В. 27 часов: 21 час- т/а, 6 час - пауэрлифтинг	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ
			ТЭ - 5 г.об. 15 час./6 чел.	7 ⁰⁰ -7 ³⁰ зарядка 18 ⁴⁵ -20 ⁴⁵ 2,5 часа	7 ⁰⁰ -7 ³⁰ зарядка 18 ⁴⁵ -20 ⁴⁵ 2,5 часа	7 ⁰⁰ -7 ³⁰ зарядка 18 ⁴⁵ -20 ⁴⁵ 2,5 часа	7 ⁰⁰ -7 ³⁰ зарядка 18 ⁴⁵ -20 ⁴⁵ 2,5 часа	7 ⁰⁰ -7 ³⁰ зарядка 18 ⁴⁵ -20 ⁴⁵ 2,5 часа		
			СОЭ 6 час./10 чел. пауэрлифтинг		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа		16 ³⁰ -18 ³⁰ 2 часа	

САМБО

16	Зоболев А.И. совместитель 18 часов	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			СОЭ 6 час./10 чел.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		
			СОЭ 6 час./10 чел.		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ 2 часа		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ 2 часа			9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа
17	Севостьянов Д.А. 18 часов	Тренер-преподаватель	СОЭ 6 час./10 чел.	14 ⁰⁰ -15 ³⁰ 1,5 часа		14 ⁰⁰ -15 ³⁰ 1,5 часа		13 ⁰⁵ -16 ⁰⁵ 3 часа	ВЫХОДНОЙ	
			СОЭ 6 час./10 чел.		15 ³⁰ -17 ³⁰ 2 часа		15 ³⁰ -17 ³⁰ 2 часа			8 ⁵⁵ -10 ⁵⁵ 2 часа
			СОЭ 6 час./10 чел.	15 ³⁵ -17 ³⁵ 2 часа		15 ³⁵ -17 ³⁵ 2 часа				11 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ 2 часа

Заместитель директора



Т.Ю. Голанцева