



РАСПИСАНИЕ учебно-тренировочных занятий на 2025-2026 учебный год

№ п/п	ФИО, часы	Вид спорта Место проведения	Наименование учебных групп	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	Белякин И.В. 54 часа	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	ЭНП - 1 г.об. 6 часов/12 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	
			ЭНП - 1 г.об. 6 часов/12 чел.			9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа
			ТЭ - 4 г.об. 18 часов/13чел.	15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа		15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа	14 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ ОФП, 3 часа
			ЭССМ - 2 г.об. 24 часа/6 чел.	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ 4 часа		6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ 4 часа	6 ⁰⁰ -7 ⁰⁰ 18 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ 4 часа	17 ⁰⁵ -21 ⁰⁵ ОФП, 4 часа
			ИТОГО	9 часов		9 часов	9 часов	9 часов	9 часов	9 часов
2	Биркин Д.В. 42 часа	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	СОЭ 6 часов/12 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		ВЫХОДНОЙ
			ЭНП - 1 г.об. 6 часов/12 чел.		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	
			ТЭ - 2 г.об. 12 часов/6 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	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа	14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа	
			ТЭ - 4 г.об. 18 часов/6 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	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	
			ИТОГО	7 часов	7 часов	7 часов	7 часов	7 часов	7 часов	
3	Бирюков Д.С. 12 часов	Тренер-преподаватель совместитель ДЗЮДО	ТЭ - 1 г.об. 12 часов/8 чел.	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	18 ³⁰ -20 ³³ 2 часа	ВЫХОДНОЙ
			ИТОГО	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	2 часа	
4	Бутин О.Е. 32 часа	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	ЭНП - 1 г.об. 6 часов/12 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		ВЫХОДНОЙ
			ЭНП - 3 г.об. 8 часов/12 чел.	13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ (ОФП), 2 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	
			ТЭ - 5 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	
			ИТОГО	7 часов	5 часов	5 часов	5 часов	5 часов	5 часов	

5	Гончаров А.В. 44 часа	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	ЭНП - 3 г.об. 8 часов/12 чел.		13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ 2 часа		13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ 2 часа	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	14 ¹⁰ -16 ¹⁰ 2 часа	
			ТЭ - 2 г.об. 12 часов/10чел.		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	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 - 1 г.об. 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
			ИТОГО		6 часов	8 часов	6 часов	8 часов		8 часов	8 часов
6	Гурьев А.П. 44 часа	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	ЭНП - 2 г.об. 8 часов/12 чел.		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ (ОФП),2часа 2 часа	ВЫХОДНОЙ	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	
			ТЭ - 1 г. об. 12 часов/6 чел.		14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа		14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа			14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ (ОФП),3часа 3 часа	14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа
			ЭССМ - 2 г.об. 24 часа/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 18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 4 часа
			ИТОГО		7 часов	6 часов	7 часов	6 часов		9 часов	9 часов
7	Жуков В.Л. 18 часов	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	ТЭ - 5 г. об. 18 час./10 чел.		17 ³⁰ -20 ³⁰ 3 часа	17 ³⁰ -20 ³⁰ 3 часа	17 ³⁰ -20 ³⁰ 3 часа	17 ³⁰ -20 ³⁰ 3 часа	ВЫХОДНОЙ	11 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ 3 часа	
			ИТОГО		3 часа	3 часа	3 часа	3 часа		3 часа	3 часа
8	Куликов Ю.В. 18 часов	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	СОЭ 6 часов/12 чел.		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа		ВЫХОДНОЙ	13 ⁰⁰ -15 ⁰⁰ 2 часа	
			ТЭ - 1 г. об. 12 часов/8 чел.		15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа		15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа			15 ⁰⁰ -18 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁰⁵ -18 ⁰⁵ 3 часа
			ИТОГО		3 часа	2 часа	3 часа	2 часа		3 часа	5 часов

9	Любицкий А.А. 48 часов	Тренер-преподаватель ДЗЮДО	СОЭ 6 часов/12 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ		
			ЭНП - 1 г.об. 6 часов/12 чел.		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа			9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа
			ТЭ - 1 г. об. 12 часов/7 чел.		14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа		14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа			14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа	11 ⁰⁵ -14 ⁰⁵ 3 часа
			ЭССМ - 1 г.об. 24 часа/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 14 ¹⁰ -17 ¹⁰ 4 часа
			ИТОГО		9 часов	6 часов	9 часов	6 часов		9 часов	9 часов

10	Шибина Г.В. 30 часов	Тренер- Преподаватель ДЗЮДО	СОЭ 6 час./12 чел.	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа		10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			СОЭ 6 час./13 чел.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа		
			СОЭ 6 час./12 чел.		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа		15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰ 2 часа			12 ⁰⁵ -14 ⁰⁵ 2 часа
			ТЭ - 1 г. об. 12 часов/6 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	17 ⁰⁵ -19 ⁰⁵ 2 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	17 ⁰⁵ -19 ⁰⁵ 2 часа	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰ 2 часа		14 ¹⁰ -16 ¹⁰ 2 часа
			ИТОГО	6 часов	4 часа	6 часов	4 часа	4 часа		6 часов
11	Петров Д.Е. 26 часов	Тренер- преподаватель ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА	СОЭ 6 часов/15 чел.		14 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 2 часа			15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			ЭНП - 3 г.об. 8 часов/10 чел.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		
			ТЭ - 1 г.об. 12 часов/6 чел.		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа	14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа			17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа
			ИТОГО	2 часа	5 часов	5 часов	5 часов	4 часа		5 часов
12	Мургин А.Л. 45 часов	Тренер- преподаватель ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА	СОЭ 6 часов/12 чел.	8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа		8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа		8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			ЭНП -1 г.об. 6 часов/10 чел.		8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа, ФОК		8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа, ФОК			8 ³⁰ -10 ³⁰ 2 часа, ФОК
			ТЭ - 4 г.об. 15 часов/10чел.	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа, ФОК	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа	15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа, ФОК			15 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 3 часа, ФОК
			ЭССМ - 2 г.об. 18 часов/5 чел.	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа		7 ⁰⁰ -8 ⁰⁰ 19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа
			ИТОГО	8 часов	8 часов	8 часов	8 часов	5 часов		8 часов
13	Сорокин Д.А. 18 часов	Тренер- преподаватель ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА	СОЭ 6 часов/10 чел.	16 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 2 часа, ФОК		16 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 2 часа, ФОК		16 ⁵⁵ -18 ⁵⁵ 2 часа, ФОК	ВЫХОДНОЙ	
			СОЭ 6 часов/10 чел.	19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 2 часа, ФОК		19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 2 часа, ФОК		19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 2 часа, ФОК		
			ЭНП -1 г.об. 6 часов/13 чел.		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа			18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа
			ИТОГО	4 часа	2 часа	4 часа	2 часа	4 часа		2 часа
14	Первушин М.И. 35 часов	Тренер- преподаватель ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА	ЭНП - 3 г.об. 8 часов/10 чел.	14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа	14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа		14 ⁵⁰ -16 ⁵⁰ 2 часа	12 ⁰⁰ -14 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ	
			ТЭ - 2 г.об. 12 часов/6 чел.		17 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 3 часа	13 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 3 часа		13 ⁵⁵ -16 ⁵⁵ 3 часа		14 ⁰⁵ -17 ⁰⁵ 3 часа

			ТЭ - 5 г.об. 15 часов/6 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	17 ¹⁰ -20 ¹⁰ 3 часа	
			ИТОГО	5 часов	5 часов	6 часов	5 часов	6 часов	8 часов	
15	Крутских А.И. 35 часов: 15 часов-Т/А 20 часов-пауэрлифтинг	Т/А, Тренер-преподаватель	ТЭ - 5 г.об. 15 часов/6 чел.	ВЫХОДНОЙ	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа		9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа	9 ⁰⁰ -12 ⁰⁰ 3 часа	12 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 3 часа	14 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 3 часа
			СОЭ 6 часов/10 чел.		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	
		пауэрлифтинг	ТЭ - 5 г.об. 14 часов/6 чел.		18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа		18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа
		ИТОГО	8 часов			8 часов	5 часов	8 часов	6 часов	
16	Ролдугин В.В. 26 часов	Тренер-преподаватель ПАУЭРЛИФТИНГ	СОЭ 6 часов/10 чел.	19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 2 часа	20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 1 час		19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 2 часа	20 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 1 час		ВЫХОДНОЙ
			ЭНП -1 г.об. 6 часов/8 чел.		17 ⁵⁰ -19 ⁵⁰ 2 часа	15 ⁵⁰ -17 ⁵⁰ 2 часа		17 ⁵⁰ -19 ⁵⁰ 2 часа		
			ТЭ - 4 г.об. 14 часов/6 чел.	15 ⁵⁰ -18 ⁵⁰ 3 часа	15 ⁴⁰ -17 ⁴⁰ 2 часа	18 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 3 часа	15 ⁵⁰ -18 ⁵⁰ 3 часа	15 ⁴⁰ -17 ⁴⁰ 2 часа	19 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 1 час	
			ИТОГО	5 часов	5 часов	5 часов	5 часов	5 часов	1 часа	
17	Зоболев А.И. 34 часа	Тренер-преподаватель САМБО	СОЭ 6 часов/12 чел.	13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа		13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа		13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа		ВЫХОДНОЙ
			СОЭ 6 часов/12 чел.	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа		
			ЭНП -1 г.об. 6 часов/12 чел.		13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа		13 ⁵⁰ -15 ⁵⁰ 2 часа		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	
			ЭНП -2 г.об. 8 часов/12 чел.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ 2 часа			
			ЭНП -3 г.об. 8 часов/12 чел.		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	
			ИТОГО	6 часов	6 часов	6 часов	6 часов	6 часов	4 часа	
18	Севостьянов Д.А. 18 часов	Тренер-преподаватель совместитель САМБО	СОЭ 6 часов/12 чел.		15 ⁵⁵ -17 ⁵⁵ офп 2 часа			18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа	9 ⁰⁰ -11 ⁰⁰ 2 часа	ВЫХОДНОЙ
			СОЭ 6 часов/12 чел.	18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа			11 ⁰⁵ -13 ⁰⁵ 2 часа	
			СОЭ 6 часов/12 чел.		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		18 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 2 часа		13 ¹⁰ -15 ¹⁰ 2 часа	
			ИТОГО	2 часа	4 часа	2 часа	2 часа	2 часа	6 часов	

Заместитель директора



Т.Ю. Голанцева