



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАУДО «СШОР № 2»  
А.Н. Лысак

**РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ МАУДО «СШОР № 2»  
с 1 сентября 2023 года  
ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ**

**1. Бакин Сергей Владимирович – тренер-преподаватель**

№ п/п	Тренировочные группы	кол. часов	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	НП <sup>1</sup> 1 г.о.	4,5/6	14/15	9.30-11.00		9.30-11.00		9.30-11.00	выходной	
2	НП <sup>2</sup> 1 г.о.	6	15		9.30-11.00		9.30-11.00			9.30-11.00
3	НП <sup>4</sup> 1 г.о.	9/12	10	9.30-11.45	9.30-11.45	9.30-11.45	9.30-11.45			
4	НП <sup>2</sup> 4 г.о.	12	12	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45		15.30-17.45		
5	УТЭ 1 г.о.	15	5	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45		
6	УТЭ 4 г.о.	18/24	4	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45	15.30-17.45		
	ССМ до 1 г.о.	27	1	*07.00-07.45 15.30-18.10	*07.00-07.45 15.30-18.10	*07.00-07.45 15.30-18.10	*07.00-07.45 15.30-18.10	*07.00-07.45 15.30-18.10		*07.00-07.45 11.00-13.50
	ССМ св. 1 г.о.	30	1	*07.00-07.45 15.30-18.30	*07.00-07.45 15.30-18.30	*07.00-07.45 15.30-18.30	*07.00-07.45 15.30-18.30	*07.00-07.45 15.30-18.30		*07.00-07.45 11.00-14.10
				* - утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ)						

**1. Крапивин Антон Юрьевич – тренер-преподаватель**

№ п/п	Тренировочные группы	кол. часов	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	НП <sup>1</sup> 1 г.о.	6	15	9.30-11.00		9.30-11.00		9.30-11.00	Выходной	
2	НП <sup>2</sup> 1 г.о.	6	12/15	9.30-11.00		9.30-11.00		9.30-11.00		
3	НП <sup>2</sup> 2 г.о.	7	10	11.15-12.45		11.15-12.45		11.15-12.45		
4	НП 3 г.о.	9	10		9.30-11.45		9.30-11.45			9.30-11.45
5	УТЭ 1 г.о.	15	10	13.00-15.15	13.00-15.15	13.00-15.15	13.00-15.15	13.00-15.15		
6	УТЭ 4 г.о.	24	3	15.30-18.30	15.30-18.30	15.30-18.30	15.30-18.30	15.30-18.30		15.30-18.30

7	ССМ до 1 г.о.	27	1	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45		*07.00-08.00 12.00-13.30
8	ССМ св. 1 г.о.	30	1	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45	*07.00-08.00 15.30-19.45		*07.00-08.00 12.00-16.15
			<b>63/66</b>	* - утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ)						

## 2. Степанова Светлана Николаевна – тренер-преподаватель

№ п/п	Тренировочные группы	кол-во часов	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	НП <sup>1</sup> 1 г.о.	6	15	13.30–15.30		13.30–15.30		13.30–15.30	Выходной	
2	НП <sup>2</sup> 1 г.о	6	10/5		13.30–15.20		13.30–15.20			09.00-12.00
3	ТЭ 1 г.о.	15		09.30-12.30	09.30-12.30		09.30-12.30	09.30-12.30		12.00-15.00
4	ТЭ 3 г.о.	21		15.30-19.00	15.30-19.00	15.30-19.00	15.30-19.00	15.30-19.00		12.00-15.00
5	ССМ до. 1г.о.	27		*07.00–08.00 15.30–19.00	*07.00–08.00 15.30–19.00	*07.00–08.00 15.30–19.00	*07.00–08.00 15.30–19.00	*07.00–08.00 15.30–19.00		*07.00-08.00 12.00-15.30
6	ССМ св. 1г.о	30		*07.00–08.30 15.30–19.30	*07.00–08.30 15.30–19.30	*07.00–08.30 15.30–19.30	*07.00–08.30 15.30–19.30	*07.00–08.30 15.30–19.30		*07.00-08.00 12.00-16.00
7	ССМ** до 1г.о									
8	ССМ** св 1г.о									
				* - утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ)						

## КОНЬКОБЕЖНЫЙ СПОРТ

### 6. Леффлер Виталий Владимирович – тренер-преподаватель, старший тренер

№ п/п	Тренировочные группы	кол. часов астр/ак	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	ЭНП до 1 г.о.	4,5/6	20	9.00-10.30		9.00-10.30		9.00-10.30	выходной	
2	ЭНП св. 1 г.о	6/8	18	10.30-12.00	9.00-10.30		9.00-10.30	10.30-12.00		
3	УТЭ 1 г.о.	9/12	8	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00	10.30-12.00		9.00-10.30
4	УТЭ 1 г.о.	9/12	8	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-16.30	15.00-16.30		10.30-12.00
5	УТЭ 3 г.о.	12/16	4	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30		10.30-12.00
7	ЭВСМ	21/28	1	*9.00-9.45 15.30-18.15	*9.00-9.45 15.30-18.15	*9.00-9.45 15.30-18.15	*9.00-9.45 15.30-18.15	*9.00-9.45 15.30-18.15		*9.00-9.45 10.30-13.15
	ССМ** св. 1г.о		6	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40		10.30-12.40
	ССМ** до. 1г.о		1	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40	15.30-17.40	10.30-12.40	
			<b>66</b>	* - утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ) ** - в качестве второго тренера-преподавателя по общефизической и специальной физической подготовке						

### 7. Леффлер Ольга Сергеевна – тренер-преподаватель

№ п/п	Тренировочные группы	кол-во часов астр/ак	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	СОГ	4,5/6	15		9.00-10.30		9.00-10.30	9.00-10.30	выходной	
2	ЭНП 1 г.о.	4,5/6	20	9.00-10.30		9.00-10.30				9.00-10.30
3	ЭНП 3 г.о.	6/8	10		10.30-12.00		10.30-12.00	10.30-12.00		13.00-14.30
4	ЭССМ до 1 г.о.	16.5/22	1	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40		*8.00-8.35 12.00-14.10
5	ЭССМ св. 1 г.о.	16.5/22	7	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40		*8.00-8.35 10.30-12.40
6	ЭВСМ** до 1г.о		4	15.30-18.15	15.30-18.15	15.30-18.15	15.30-18.15	15.30-18.15		10.30-13.15
			<b>57</b>	* - утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ) ** - в качестве второго тренера-преподавателя по общефизической и специальной физической подготовке						

**8. Пустовойт Андрей Григорьевич – тренер-преподаватель**

№ п/п	Тренировочные группы	Кол. часов астр/ак	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	СОГ	6	15		12.00–13.30		12.00–13.30	12.00–13.30		выходной
2	НП 1 г.о.	6	20	13.00-14.30		13.00-14.30		13.30-15.00		
3	НП 3 г.о.	8	13	9.00-10.30		9.00-10.30		9.00-10.30	9.00-10.30	
5	УТЭ 3 г.о.	12	5	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	15.30-17.30	10.30-12.10	
6	ССМ до1 г.о.	22	1	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 12.00-14.10	
7	ССМ св.1 г.о.	22	1	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 15.30-17.40	*8.00-8.35 12.00-14.10	
			<b>55</b>							

**6. Пустовойт Максим Андреевич – тренер-преподаватель**

№ п/п	Тренировочные группы	Кол. часов астр/ак	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	СОГ	6	20		17.35–19.05		17.35–19.05		выходной	10.30–11.30
2	НП 1 г.о.	6	20	17.35–19.05		17.35–19.05		17.35–19.05		
3	НП 2 г.о.	8	13	17.35–19.05		17.35–19.05		17.35–19.05		
			<b>53</b>							

Место занятий: ул. Гагарина, 118 стадион СШОР №2; пр. Притомский, 12, ЛДК

**7. Михасенок Алена Максимовна – тренер-преподаватель**

№ п/п	Тренировочные группы	Кол. часов астр/ак	кол-во заним-ся	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
1	СОГ	6	15		15.00–16.30		15.00–16.30		15.00–16.30	выходной
2	НП 1 г.о.	6	15	15.00–16.30		15.00–16.30		15.00–16.30		
			<b>30</b>							

Место занятий: ул. Гагарина, 118 стадион СШОР №2; пр. Притомский, 12, ЛДК

Заместитель директора по спортивной подготовке  
Исполнитель инструктор-методист

 Кашкова Н.Е.