



РАСПИСАНИЕ
учебно-тренировочных занятий МБУ ДО СШОР "Ермак"
на 2023-2024 учебный год

с февраля

ОТДЕЛЕНИЕ ДЗЮДО																											
№ п/п	Ф.И.О.	Группа	Место проведения	Недельная нагрузка	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота												
1	Ермаков Владимир Александрович	ЭВСМ	СОК "Энергетик" зал. 1	28	07.30-09.30	2,5	07.30-09.30	2,5	07.30-09.30	2,5	07.30-09.30	2,5	07.30-09.30	2,5	07.30-09.30	2,5											
					09.30-10.00 (тр.зал)		09.30-10.00 (тр.зал)		09.30-10.00 (тр.зал)		09.30-10.00 (тр.зал)		09.30-10.00 (тр.зал)		09.30-10.00 (тр.зал)												
		20.00-22.00	2,0	17.00-19.30	2,5	20.00-22.00	2,0	17.00-19.30	2,5	20.00-22.00	2,0	17.00-19.30	2,5	20.00-22.00	2,0	17.00-19.00	2,0										
2	Плавских Антон Николаевич	ЭССМ* (спорт глухих)	СОК "Энергетик" зал. 1	12	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0	10.00-12.00	2,0									
					19.00-20.00		1,0		19.30-21.30		2,0		19.00-20.00		1,0		19.30-21.30		2,0	19.00-20.00	1,0	19.00-20.00	1,0				
					14.00-16.00		2,5		14.00-16.00		2,5		14.00-16.00		2,5		14.00-16.00		2,5	14.00-16.00	2,5	14.00-16.00	2,5	14.00-16.00	2,5	14.00-15.30 (тр.зал)	1,5
					16.00-16.30 (тр.зал)				09.00-11.00				2,0				08.30-09.30			1,0		09.00-11.00		2,0		08.30-09.30	
16.30-18.30	2,0			16.30-18.30	2,0			16.30-18.30	2,0			16.30-18.30	2,0	15.30-17.30	2,0												
10.00-12.00 зал "Планета"	2,0			10.00-12.00 зал "Планета"	2,0			10.00-12.00 зал "Планета"	2,0			10.00-12.00 зал "Планета"	2,0														
3	Пырь Инга Михайловна	ЭССМ*	СОК "Энергетик" зал. 1	12	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0	18.00-20.00	2,0									
4	Прыткова Кристина Игоревна	ЭССМ*	СОК "Энергетик" зал. 1	8	09.30-11.30	2,0		2,0	09.30-11.30	2,0		2,0	09.30-11.30	2,0	09.30-11.30	2,0	09.30-11.30	2,0									
					13.30-15.00		1,5		13.30-15.00		1,5		13.30-15.00		1,5		14.00-15.00		1,0	13.30-15.00	1,5	14.00-15.00	1,0				
					15.00-17.00		2,0						15.00-17.00		2,0					15.00-17.00	2,0			15.00-17.00	2,0		
					15.00-17.00		2,0		15.00-17.00		2,0						15.00-17.00		2,0			15.00-17.00	2,0			15.00-17.00	2,0
					17.00-19.00		2,0						17.00-19.00		2,0					17.00-19.00	2,0			17.00-19.00	2,0		
5	Чеканина Полина Валерьевна	ЭССМ* (спорт слепых)	СОК "Энергетик" зал. 1	30	10.30-12.30	2,0	11.00-13.00	2,0	10.30-12.30	2,0	11.00-13.00	2,0	10.30-12.30	2,0	10.30-12.30	2,0	10.30-12.30	2,0									
					19.00-22.00		3,0		19.00-21.00 21.00-22.00 (тр.зал)		3,0		19.00-22.00		3,0		19.00-21.00 21.00-22.00 (тр.зал)		3,0	19.00-22.00	3,0	19.00-21.00 21.00-22.00 (тр.зал)	3,0				
6	Исаев Валентин Александрович	ЭССМ*	СОК "Энергетик" зал.	8	16.00-18.00	2,0	14.30-15.30	1,0	16.00-18.00	2,0			16.00-18.00	2,0	14.30-15.30	1,0											
7	Верхогурова Милана Витальевна	ЭССМ* (сп. глухих)	СОК "Энергетик" зал. 1	12	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0	20.00-22.00	2,0									

Заместитель директора по спортивной подготовке

И.В. Ваганова