

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по спортивной подготовке МАУ СП СШОР "Олимп"

Т.В. Ткачева

" " 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ СП СШОР "Олимп"

В.В. Емельянов

" " 2021г.

**Расписание тренировочной работы тренеров отделения СИНХРОННОГО ПЛАВАНИЯ МАУ СП СШОР «Олимп»  
на 2021-2022 спортивный сезон**

Ф.И.О. тренера	Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Часы	Общс
Котова К.А.	НП-1 №1 повтор (15 чел - 6ч.)	14.00-14.45 вода (25 м 1,2)		14.00-14.45 вода (25 м 1,2)		14.00-14.45 вода (25 м 1,2)	выходной		3 зал	6
		14.45-15.30 гимн.зал		14.45-15.30 гимн.зал		14.45-15.30 гимн.зал		3 вода		
	НП-1 №2 набор (20чел. - 6ч.)		15.30-16.15 гимн.зал		15.30-16.15 гимн.зал		выходной	15.30-16.15 гимн.зал	3 зал	6
			16.15-17.00 вода (25 м 3,4,5)		16.15-17.00 вода (25 м 4,5)			16.15-17.00 вода (25 м 3,4,5)	3 вода	
	ТГ-4 (13чел.-18ч.)	17.45-18.30 гимн.зал	17.45-18.30 гимн.зал	17.45-18.30 гимн.зал	17.45-18.30 гимн.зал	17.45-18.30 гимн.зал	выходной	8.45-9.30 вода (6,7,8,9)	5 зал	18
		18.30-19.15 вода (8,9)	18.30-19.15 вода (8,9)	18.30-19.15 вода (8,9)	18.30-19.15 вода (8,9)	18.30-19.15 вода (8,9)		9.30-10.15 вода (6,7,8,9)	13 вода	
		19.15-20.00 вода (8,9)	19.15-20.00 вода (8,9)	19.15-20.00 вода (8,9)	19.15-20.00 вода (8,9)	19.15-20.00 вода (8,9)		10.15-11.00 вода (6,7,8,9)		
	ГССМ (9чел -12ч.)	7.15-8.00 вода (7,8,9)	7.15-8.00 вода (7,8,9)	7.15-8.00 вода (7,8,9)	7.15-8.00 вода (7,8,9)	7.15-8.00 вода (7,8,9)	выходной	11.00-11.45 вода (6,7,8,9)	12 вода	12
		8.00-8.45 вода (7,8,9)	8.00-8.45 вода (7,8,9)	8.00-8.45 вода (7,8,9)	8.00-8.45 вода (7,8,9)	8.00-8.45 вода (7,8,9)		11.45-12.30 вода (6,7,8,9)		
	Познахарева Т.В.	НП-2 №1 (12чел.-6ч.)		9.30-10.15 гимн.зал		9.30-10.15 гимн.зал		выходной		2 зал
			10.15-11.00 вода (50м 8,9)		10.15-11.00 вода (50м 8,9)		4 вода			
			11.00-11.45 вода (50м 8,9)		11.00-11.45 вода (50м 8,9)					
НП-2 №2 (12чел.-6ч.)		15.30-16.15 гимн.зал		15.30-16.15 гимн.зал		15.30-16.15 гимн.зал	выходной		3 зал	6
		16.15-17.00 вода (25 м 4,5)		16.15-17.00 вода (25 м 4,5)		16.15-17.00 вода (25 м 4,5)		3 вода		
НП-3 (15чел.-6ч.)		18.30-19.15 гимн.зал		18.30-19.15 гимн.зал		18.30-19.15 гимн.зал	выходной		3 зал	6
		19.15-20.00 вода (50м 6,7)		19.15-20.00 вода (50м 6,7)		19.15-20.00 вода (50м 6,7)		3 вода		
ТГ-2 (12чел. - 12ч.)		9.30-10.15 гимн.зал		9.30-10.15 гимн.зал		9.30-10.15 гимн.зал	выходной	8.45-9.30 вода (6,7,8,9)	3 зал	12
		10.15-11.00 вода (8,9)		10.15-11.00 вода (8,9)		10.15-11.00 вода (8,9)		9 вода		
		11.00-11.45 вода (8,9)		11.00-11.45 вода (8,9)		11.00-11.45 вода (8,9)				
ГССМ (9чел -12ч.)		17.00-17.45 гимн. зал	8.45-9.30 тренажерный зал		8.45-9.30 гимн. зал	17.00-17.45 гимн. зал	выходной	12.30-13.15 вода (6,7,8,9)	6 зал	12
			17.00-17.45 гимн. зал	17.00-17.45 гимн. зал						
			18.30-19.15 вода (6,7)		18.30-19.15 вода (6,7)			13.15-14.00 вода (6,7,8,9)	6 вода	
	19.15-20.00 вода (6,7)		19.15-20.00 вода (6,7)							

Инструктор-методист

Тренер

Тренер

З.А. Сайфутдинова

К.А. Котова

Т.В. Познахарева