

# РАСПИСАНИЕ 2019–2020 Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального автономного учреждения «Спортивный комплекс района «Фрунзенский район»

А.А.Вялых



## ФУТБОЛ

ФИО	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота *	Воскресенье *
Николаев Александр Анатольевич	19.30 – 20.15 час. (2010 - 2011 г.р.)	14.00 – 16.00 час. (2006 г.р.) 18.45 – 19.30 час. (2013 г.р.) 19.30 – 20.30 час. (2009 г.р.)	17.00 – 18.00 час. (2006 г.р.) 18.00 – 18.45 час. (2013 г.р.) 18.45 – 19.30 час. (2010 - 2011 г.р.) 19.30 – 20.15 час. (2009 г.р.)	14.00 – 16.00 час. (2006 г.р.) 18.45 – 19.30 час. (2013 г.р.) 19.30 – 20.30 час. (2009 г.р.)	16.30 – 17.45 час. (2006 г.р.) 17.45 – 18.45 час. (2010 - 2011 г.р.) 18.45 – 20.15 час. (2009 г.р.)	10.00 – 11.00 час. (2013 г.р.) 11.00 – 12.00 час. (2011 г.р.) 12.00 – 13.00 час. (2010 г.р.) 13.00 – 14.00 час. (2009 г.р.) 14.00 – 16.00 час. (2006 г.р.)	10.00 – 11.00 час. (2011 г.р.) 11.00 – 12.00 час. (2010 г.р.) 12.00 – 13.30 час. (2009 г.р.) 13.30 – 15.00 час. (2006 г.р.)
Семин Александр Петрович		16.00 – 17.00 час. (2006 -2008 г.р.) 17.00 – 18.00 час. (2012 г.р.) 18.00 – 18.45 (2014 г.р.)		16.00 – 17.00 час. (2006 -2008 г.р.) 17.00 – 18.00 час. (2012 г.р.) 18.00 – 18.45 (2014 г.р.)	14.00 – 15.30 час. (2006 -2008 г.р.) 15.30 – 16.30 час. (2012 г.р.)		

\*При отсутствии соревнований в субботу и воскресенье

**БАДМИНТОН**

ФИО	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Ерик Алексей Сергеевич	17.00 – 19.00 час (2002-2007 г.р.)	17.00 – 19.00 час (2002-2007 г.р.)	17.00 – 19.00 час (2002-2007 г.р.)	17.00 – 19.00 час (2002 – 2007 г.р.)	
Утко Александр Николаевич		13.00 – 15.30 час. (2002-2006 г.р.)		13.00 – 15.30 час (2002–2006 г.р.)	13.00 – 15.30 час (2002-2006 г.р.)

**ФЛОРБОЛ**

Утко Александр Николаевич	14.30 – 16.30 час. (2009 – 2010 г.р.)		14.30 – 16.30 час. (2009 – 2010 г.р.)		
---------------------------	--	--	--	--	--

**ШАХМАТЫ**

Игнатьев Виктор Александрович (шахматный клуб)	15.00–16.00 16.10-17.10 17.15-18.30	15.00–16.00 16.10-17.10 17.15-18.30	15.00–16.00 16.10-17.10 17.15-18.30	15.00–16.00 16.10-17.10 17.15-18.30	15.00–16.00 16.10-17.10 17.15-18.30
---	---	---	---	---	---

**ПАУЭРЛИФТИНГ**

Васильев Дмитрий Валерьевич	16.00-20.00 час.	16.00-20.00 час.	16.00-20.00 час.	16.00-20.00 час.	16.00-20.00 час.
Григорьева Наталья Александровна	17.00 – 21.00 час.	17.00 – 21.00 час.	17.00 – 21.00 час.	17.00 – 21.00 час.	17.00 – 21.00 час.

**ФИТНЕС**

пнд.	вторник	среда	четверг	пт.	сб.	вскр.
Горбач Наталья Юрьевна	18.00-19.00 час. форминг (низкая интенсивность) 19.00 – 20.00 час степ-аэробика	среда	18.00-19.00 час. форминг (низкая интенсивность) 19.00 – 20.00 час. степ – аэробика			17.00 – 18.00 час (высокая интенсивность)

**ФИТНЕС – ЙОГА**

	понедельник	вторник	среда	четверг	пт.
Ильинская Марина Алексеевна	17.30-18.30 час. танцевальная аэробика (14 – 17 лет) 18.30 – 19.30 силовая тренировка	17.30 – 18.30 час. (йога для детей) 18.30 – 19.30 час. (фитнес – йога)	17.30 – 18.30 час. танцевальная аэробика (14 – 17 лет)	17.30 - 18.30 час. (йога для детей) 18.30 – 19.30 час. (фитнес – йога)	
Магиденко Дарья Яковлевна	18.00 – 19.00 час. суставная гимнастика		18.00 – 19.00 час. суставная гимнастика		18.00 – 19.00 час. суставная гимнастика
<b>Физкультурно-оздоровительная группа</b>					
Семина Александр Петрович	10.00 – 12.00 час.		10.00 – 12.00 час.		10.00 – 12.00 час.