

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «ИГ СОК Центральный»

В.А. Визе

«10» февраля 2025г.

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ В ЗАЛЕ СИЛОВЫХ НАГРУЗОК

Ф.И.О. тренера Команда	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскр.	Вид спорта
Ложкова Оксана Викторовна	9.00-11.00		9.00-11.00		9.00-11.00			Дзюдо
	16.30-19.30		16.30-19.30		16.30-19.30		10.00-13.00	
Рябов Максим Сергеевич	13.30-15.30	14.00-16.00	13.30-15.30	14.00-16.00	13.30-15.30	8.30-10.30		Скалолазание
	15.30-17.30		15.30-17.30		15.30-17.30	10.30-12.30		
	17.30-19.30	16.00-19.00	17.30-19.30	16.00-19.00	17.30-19.30	12.30-14.30		
Морозов Алексей Андреевич	9.00-11.00	9.00-11.00	9.00-11.00		9.00-11.00	9.30-11.30		Скалолазание
	14.30-16.30	13.45-15.45	14.30-16.30	13.45-15.45	14.30-16.30	11.30-13.30		
		18.00-20.00		18.00-20.00				
Костельный Станислав Богданович	15.30-18.30	15.30-18.30	15.30-17.30	15.30-18.30	15.30-18.30	12.00-14.00		Бокс
	18.30-21.30	18.30-21.30	17.30-20.30	18.30-21.30	18.30-21.30	10.00-12.00		
						16.00-19.00		
Чирикшев Николай Анатольевич	15.00-17.00	9.00-11.00	9.00-11.00		9.00-11.00	9.00-11.00		Бокс
	17.00-19.00	15.00-17.00	15.00-17.00		15.00-17.00	11.00-13.00		
		17.00-19.00	17.00-19.00		17.00-19.00			
Пятин Андрей Анатольевич	18.00-20.00	16.00-18.00	18.00-20.00	16.00-18.00	18.00-20.00		9.00-11.00 11.00-13.00 13.00-15.00	Бокс
Чупин Д.А.		19.00-20.00		19.00-20.00		13.00-14.00		
Бондарь А.В.							14.00-15.30	