### РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ВИДУ СПОРТА "ДЗЮДО" НА 2022-2023 СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН

VTBEPЖДАЮ

Дігректор МБУ "СИТАЄ S"

Д. Ю. Олинчук

Mecro		T AND A					1000	
Группы проведения	ия Наполняе мость	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятнипа	Custom	
HII-2 MEA "CIII No.5"	No AT						Cyooota	<b>Боскресенье</b>
	NOO"							
( <b>6 час.</b> ) зал дзюдо 2 эт.	2 3T. 14		15.30-17.00		15.30-17 00			
T9-1 MBY "CIII No.5"	No 5"						12.00-13.30	
(12 час) зал дзюдо 2 эт.	2 3T. 11	16.00-18.15		16.00-18.15		16 00 18 15	12 20 12 12	
T9-3   MBY "CIII N-5"	No.5"					ACTOR ACTO	13.30-13.43	
(18 час.) зал дзюдо 2 эт.	9T. 6	18.15-20.30	18.15-20.30 17.00-19.15	18.15-20.30   17.00-19.15	17.00-19.15	18-15-20-30	15 45 10 00	~
							1	

									Thouan: Farmer D	,
	17.15-19 30	18.15-20.30	17.00-19.15	18.15-20.30 17.00-19.15 18.15-20.30 17.00-19.15	17.00-19.15	18.15-20.30	6	зал дзюдо 2 эт.	_	
		_						MEA "CIII Nee"	T3-3	
	15.00-17.15	16.00-18.15		16.00-18.15		16.00-18.15	ш	зал дзюдо 2 эт.	(12 час.)	
							V <sub>d</sub>	MBY "CIII №5"	T3-1	
	13.30-15.00		15.30-17.00		15.30-17.00		14	зал дзюдо 3 эт.	(6 час.)	
								MBY "CIII No5"	ни-3	
Воскресенье	Суббота	Пятница	Четверг	Среда	Вторник	Понедельник	-	занятий	группы	
							Наполня		Наименование	
								-		

18.45-21.00								
	18.45-21.00	18.45-21.00	18.45-21.00 18.45-21.00		18.45-21.00	0	COIII Nº31	(384 01)
0.00				_	10 45 21 00	00		(10)
16.30-18.45	16.30-18.45		16.30-18.45		10.30-18.45	10	COIII №31	(12 yac.)
Total Total	,				16 30 40 42			1.7-1
15.00-16 30		17.00-18.30		17.00-18.30		1.5	COIII Ne31	(0 4ac)
						16		107
суббота Воскресенье	Пятница	Четверг	Среда	Вторник	Понедельник		проведения занятий	группы
						Наполня	Место	Наименование
					паевич	тр никол	- режер: 1 опных владимир Николаевич	Perrop. I Onto

Заместитель директора\_\_\_

# РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ВИДУ СПОРТА "БОКС" НА 2022-2023 СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН

УТВЕРЖДЬЛЬ 5" Директор МБУ "СНТ № 5"

«<u>01</u>» октября 2022 г.

The bearing bright the Chocon I	IDED DOIGHIE	IAD L'DI	пьсвич						
Наименование группы	Место проведения занятий	Наполняе мость	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
COL			1000 1000		1000 1000		4000 40 40		
(6 <b>час.</b> )		16	18.00-19.30		18.00-19.30		18.00-19.30		
T9-2	)	4	10011	1/00 4= 20	100 100	4/00 41 00	4000	47.00 48.00	
(12 час.)	ж.о. Оганер	10	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	
T9-4		0	10 20 21 00	07.1508.00	10 20 21 00	07.1508.00	10 20 21 00	07.1508.00	
(16 час.)		0	17.30-21.00	17.30-19.00	13.30-21.00	17.30-19.00	19.30-21.00	17.30-19.45	
тренер:Васильев Владислав Евгеньевич (Совместитель)	ьев Владисл	ав Евгег	ньевич (Сов	меститель)					
Наименование группы	Место проведения занятий	Наполняе мость	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
ТЭ-1 (10 час.)	МБУ "СШ №5"	œ		15.30-17.00	16.00-17.30	15.30-17.00	16.00-17.30	15.30-17.00	
		1	0						

Заместитель директора\_

## ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ВИДУ СПОРТА "БАСКЕТБОЛ" НА 2022-2023 СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН РАСПИСАНИЕ

УТВЕРЖДАЮ Директор МБУ "СШ № 5" Д. Ю. Олинчук «01 » ноября 2022 г.

				"канеркан)		"Кайеркан")		MBOY "CIII №32"	(6 час.)
			17.30-19.00 CIII Nº32	(MEY "C/K		16.00-17.30 (МБУ "С/к	16	МБУ "С/к "Кайеркан"	НП-3
				16 00 17 30				занятий	группы
Воскресенье	Суббота	Пятница	Четверг	Среда	Вторник	Понедельник	Наполня	Место проведения	Наименование
					•	(совместитель	хайловна	Тренер: Донич Екатерина Михайловна (совместитель)	Тренер: Дони
								"І имназия летт	
	17.00-18.30 CIII №45	19.00-20.30 Гимназия №11	18.00-19.30 мвоу "СШ мэт"	19.00-20.30 Гимназия №11		19.00-20.30 Гимназия №11	12	MEOY "CIII №45" MEOY	ТЭ-2 (10 час.)
								"CIII NES /	1111 1 (0)
		17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30	15	MBOY	НП-1 (6 час.)
								занятий	группы
Воскресенье	Суббота	Пятница	Четверг	Среда	Вторник	Понедельник	Наполня	Место проведения	Наименование
							лимович	Тренер: Эргашев Александр Алимович	Тренер: Эргаш

Заместитель директора\_

Эргашев А.А.

## СОГЛАСОВАНО

Директор МБУ "С/К "Кайеркан"

А. А. Саркисян 2022 г.

### РАСПИСАНИЕ

тренировочных занятий по плаванию на 2022-2023 спортивный сезон

УТВЕРЖДАЮ ректор МБУ "СНГ№

Директор МБУ "СИГЛЭ 5"

Д. Ю. Олинчук «11» октября 2022 г.

T	зенер: Голог	Тренер: Головчанова Татьяна Фазиловна	ьяна Фа	зиловна					, HOPMINGO	
977	Этап спортивной подготовки/ нагрузка	Место проведения занятий	Кол-во	нп	ВТ	CP	Th	IIT	СБ	ВС
	НП-2 (8 час)	МБУ С/К "Кайеркан" п/б	15	14.30-15.30 (б/в)	14.30-16.00 (б/в)	14.30-15.30 (б/в)	14.30-16.00 (б/в)	14.30-15.30 (б/в)	×	×
Tp	енер: Сереб	Гренер: Серебро Северина Викторовна	Виктор	Овна						
	COL		15	14.30-16.00 (M/B)	4	14204/00/				
T	(6 час.)	MBY C/K	3	17:50-10:00 (M/B)	*	14.30-16.00 (M/B)	X	14.30-16.00 (M/B)	×	X
	(14 vac.)	"Кайеркан" п/б	12	16.00-17.00 (6/B)	07.00-08.00 (б/в) 16.00-17.00 (б/в)	07.00-08.00 (6/B) 16.00-17.00 (6/B)	16.00-17.00 (б/в)	07.00-07.45 (б/в) 16.00-17.00 (б/в)	07.00-07.45 (6/B)	×
	(16 yac.)		90	06.00-07.00 (б/в) 17.00-18.15 (б/в)	06.00-07.00 (6/B) 17.00-18.15 (6/B)	06.00-07.00 (6/B) 17.00-18.15 (6/B)	17.00-18.15 (б/в)	06.00-07.00 (6/B)	06.00-07.00 (б/в)	×
Tpe	енер: Зуев №	Гренер: Зуев Максим Александрович	сандров	ьия		(0,0)		1/.00-10.15 (0/B)	17.00-17.45 (б/в)	
	НП-2									
T	(9 час)	МБУ С/К	7	15.00-16.15 (б/в)	15.00-16.15 (6/B)	15.00-16.15 (6/B)	15.00-16.00 (б/в)	15.00-16.00 (б/в)	15.00-16.00 (6/B)	×
T		"Кайеркан"   п/б	12	07.00-08.00 (б/в) 16.15-17.15 (б/в)	07.00-08.00 (6/B) 16.15-17.15 (6/B)	07.00-08.00 (6/B) 16.15-17.15 (6/B)	16.00-17.00 (б/в)	16.00-17.00 (б/в)	06.00-07.30 (6/B)	×
	13-2 (14 yac)		12	06.00-07.00 (б/в) 17.15-18.15 (б/в)	06.00-07.00 (6/B) 17.15-18.15 (6/B)	06.00-07.00 (6/B) 17.15-18.15 (6/B)	17.00-18.30 (б/в)	06.00-07.00 (6/B)	17.00-18.00 (б/в)	×

Заместитель директора\_

## ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ВИДУ СПОРТА "ПАУЭРЛИФТИНГ" НА 2022-2023 СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН PACIINCAHNE

УТВБРЖДАЮ Директор МБУ "СШ № 5"

(03)» <u>октября</u> 2022 г.

	Тренер: Беловол Виктор Александрович	сандро	200					AUONIN BYHAMLOOP *	
Этан споргивной подготовки/ нагрузка	Место проведения занятий	Кол-во	James James Japan Japan Japan	<b>3</b>	Ç	police police pour	)20000 )20000 )20000	CF /	BC.
HII-2 (6 4ac.)	МБУ "Д/С "Арктика"	isonal Silvin	×	15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30	
(38h 6)	МБУ "Д/С "Арктика"	PS)	×	16.30-18.00	16.00-17.30	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	
(14 490.)	"Д/С "Арктика"	<b>&amp;</b>	*	18.90-19.30	17.30-19.00	18.00-19.30 18.00-20.15 17.15-18.45	18.00-20.15	17.15-18.45	9.98.1.3

## Тренер: Гугоров Александр Иванович

T3-4	(14 sac.)	COF (6 43¢)	Этап спортивной подготовки/ нагрузка
T. II. C.	TOE No S''		Место проведения занятняй
GIO	<b>ు</b> ల	36	Кол-во чел.
19. 22-08. 61		16.30-18.00	Место проведения Кол-во <b>ПН</b>
18,45-21,00	16.30-18.45	be	200
19.30-21.00	18.00-19.30	16.30-18.00	CP
18.45-21.00 19.30-21.00 15.30-17.00 x	16.30-18.45	×	S
19.30-21.00		539-18.08	30000 30000 30000
5.30-17.00		×	BT CP UT SC
×	æ	*	80

## TPettep: Kpetob Ebrennii Ophebnu

СОГ "СК "Талнах" 15 17.0 (6 час) с/з "Горняк"	Этап спортивной Место проведения Кол-во III ВТ СР ЧТ III СБ ВС нагрузка занятий чел. III ВС
МБУ "СК "Талнах" с/з "Горняк"	Место проведения занятий
₩. Vs	Кол-во чел.
17.00-18.30	poond provid provid
	500 nung
17.00-18.30	CP
	BT CP UT
17.00-18.30	36000 30000 34000
	E
17.00-18.30 17.00-18.30 17.08-18.30	Ä

Заместитель директора

## ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ВИДУ СПОРТА "ПАУЭРЛИФТИНГ" НА 2022-2023 СПОРТИВНЫЙ СЕЗОН РАСПИСАНИЕ

УТВЕРЖДАЮ Директор МБУ "СНІ № 5" Д. Ю. Олинчук

«01 » сентября у2022 г.

Тренер: Эльм	Тренер: Эльмурзаев Иса Олхозурович	зурови	h					SE «CIII Nº 5»	HNE *
Этап спортивной подготовки/ нагрузка	Место проведения занятий	Кол-во	нп	ВТ	CP	Ih	ПТ	O CO CO HAS WAS	BC
СОГ (6 час.)	МБУ "Д/С "БОКМО"	15	×	×	15.00-16.30 тренажерный зал	×	×	14.05-15.35 Тренажерный	15.30-17.00
	МБУ "Стадион "Заполярник"		17.00-18.00 (восстановительные мероприятия)	×	×	×	×	38J	×
(9 час.)	МБУ "Д/С "БОКМО"	12		15.00-16.30 тренажерный зал	16.35-17.20 тренажерный зал	15.00-16.30	×	15.40-16.40 тренажерный зал	*
	МБУ "Д/С "АРКТИКА"		×	×	×	×	×	*	12.15-13.15
	МБУ "Стадион "Заполярник"		18.05-20.20 (восстановительные мероприятия)	×	×	×	×	×	Х
ТЭ-3 (14 час.)	МБУ "Д/С "БОКМО"	00	x	16.35-18.05 17.25-18.55 тренажерный зал	17.25-18.55 тренажерный зал	3ал тренажерный зал	×	16.45-18.15 тренажерный	×
ипл	МБУ "Д/С "АРКТИКА"		×	×	X	×	×	X	13.20-15.25 зал "Олимп"
(4,5 yac.)	"Д/С "АРКТИКА"	15	X	тренажерный зал	×	19.00-20.10	×	19.00-20.00	X
Тренер: Корос	Тренер: Коростелев Андрей Михайлович	ихайлог	РИВ					i penamephbin 3au	
Этап спортивной подготовки/ нагрузка	Место проведения занятий	Кол-во чел.	НП	ВТ	CP	Th	ПТ	СБ	ВС
СОГ (6 час.)	MEV ICTORIO	15	×	14.20-15.05 тренажерный зал	14.20-15.50 тренажерный зал	14.20-15.05 тренажерный зал	×	15.00-16.30 тренажерный зал	×
ТЭ-2	"Заполярник"	90	14.20-15.50 тренажерный зал	15.10-16.40 тренажерный зал	×	15.10-16.40 14.20-15.30 тренажерный зал	14.20-15.30 тренажерный зал	16.35-17.20 тренажерный	×
TЭ-3 (14 час.)		6	15.55-18.10 тренажерный зал	тренажерный зал тренажерный зал		16.45-18.15 15.55-18.10 тренажерный зал	15.55-18.10 тренажерный зал	17.25-18.10 тренажерный	×
Заместитель директора	ректора		/A.A.	/А.А. Эргашев/				\$ 100 miles	

### ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

### СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 680520180065859554254988318067914125794009671625 Владелец Олинчук Дмитрий Юрьевич Действителен С 02.12.2022 по 02.12.2023