



Утверждаю

Зам. директора МБУДО СШ «Смена»

В.А. Лебедева

2024 г.

Расписание работы инструкторов по спорту с 25.01.2024 г. по 29.02.2024 г.*

№ п/п	ФИО инструктора	Место занятий	График работы		Физкультурно-оздоровительное направление	Возраст занимающихся
1	Андреева Валентина Сергеевна 8 903 915 21 00	Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: ЧТ:	18:00 – 20:30 18:00 – 20:30	ОФП Фитнес Растяжка	От 18 лет и старше
2	Войнова Татьяна Николаевна 8 952 800 77 48	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №87», ул. Курчатова, 14	ПН: ВТ:	17:30 – 21:15 16:30 – 19:30	ОФП (силовые и кардиотренировки высокой интенсивности) Волейбол (для детей, ОВЗ) Оздоровительное плавание	25-55 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ №89», ул. Строителей, 38	20:00 – 21:30 ЧТ: ПТ:	18:30 – 21:15 17:00 – 20:00		
		Бассейн, Спортивный комплекс «Юность», ул. Курчатова, 13а (с февраля)	ЧТ:	16:30-18:00		
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ №88 им.А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	СР: ПТ:	12:00 – 13:00 19:00 – 21:30	ОФП, волейбол (взрослые, ОВЗ)	
3	Галанина Яна Геннадьевна 8 953 922 39 22	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №89», ул. Строителей, 38	ПН: ПТ:	19:00 – 21:00 19:00 – 21:00	ОФП Волейбол	До 18 лет и старше

4	Давыдов Игорь Сергеевич 8 923 401 50 40	Клуб «Авангард – 2», ул. Лесная, 2, подъезд 1	ПН: СР: ПТ:	18:00 – 21:00 18:00 – 21:00 18:00 – 21:00	ОФП Бокс	До 18 лет и старше
5	Дуркин Владимир Александрович 8 913 874 03 02	Спортивный зал, МАОУ «СОШ№80» ул. Северная, 18	СР: ПТ: СБ:	17:30 – 20:30 17:30 – 20:30 11:00 – 14:30	Футбол ОФП	13 – 16 лет
6	Коновалова Ирина Анатольевна 8 913 872 01 20	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№88 им.А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	ПН: ВТ:	19:00 – 21:30 19:00 – 21:30	Волейбол ОФП Фитнес	Старше 18 лет
7	Логунов Виталий Александрович 8 962 777 24 55	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ВТ: ЧТ: ПТ: ВС:	17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 10:00 – 12:00	Военно-патриотическая подготовка, ОФП	До 18 лет и старше
8	Почебыт Валерия Евгеньевна 8 913 809 90 47	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ЧТ: ВТ: СР: ЧТ:	Нечетная неделя: 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 Четная неделя: 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00	ОФП Тренажерный зал	Старше 18 лет
9	Петренко Вероника Игоревна 8 999 177 57 09	Центр единоборств «Воин» ул. Победы, 37 тренажерный зал, ул. Славского ба)	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ВС:	10:00 – 12:00 (или тр.з) 10:00 – 13:00 13:00 – 16:00 (или тр.зал) 10:00 – 13:00 17:00 – 19:00	Кикбоксинг ОФП	До 18 лет и старше

10	Просвирин Виталий Игоревич 8 952 897 75 58	Клуб «Чайка» ул. Советская, 21	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ:	16:30 – 20:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 11:00 – 13:00	ОФП Футбол Хоккей	До 18 лет и старше
11	Соколовский Анатолий Анатольевич 8 952 155 53 35	МАУ Северский природный парк, просп. Коммунистический, 45А (сцена)	ПН: СР: ПТ:	09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30	Северная ходьба ОФП	Старше 18 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
		Центр «Лед», просп Коммунистический, 5А	ВТ: ЧТ:	10:00 – 12:00 10:00 – 12:00		
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№89», ул. Строителей, 38	ЧТ:	16:30 – 18:30	Волейбол	люди, входящие в категорию ОВЗ), ВОС
12	Синаевская Галина Владимировна 8 913 864 23 99	Клуб «Вертикаль», ул. Победы, 37	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ:	09:00 – 12:00 12:00 - 13:00 10:00 – 12:00 12:00 - 14:00 09:00 – 12:00 10:00 – 12:00 12:00 - 14:00 09:00 – 12:00 12:00 - 13:00 11:00 – 12:00 13:00 - 14:00	Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление Танцевальное направление Растяжка Танцевальное направление ЛФК фитнес Восточные танцы Танцевальное направление	30 – 50 лет Любой возраст 30 – 50 лет Любой возраст 30- 50 лет 30 – 50 лет До 18 лет 30 – 50 лет Любой возраст 30- 50 лет До 18 лет
13	Смирнов Владимир Георгиевич 8 953 910 42 47	Спортивный зал, 2 этаж, МБОУ «СОШ№88 им.А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	ПН: СР: ПТ:	18:00 – 21:00 18:00 – 21:00 18:00 – 21:00	Бокс ОФП	До 18 лет и старше

14	Терентьева Ирина Александровна 8 962 778 86 43	Пос.Самусь, ул.Пекарского, 30 спортивный зал, МБОУ «Самусьский лицей им.академика В.В. Пекарского»	ПН: СР: ЧТ:	21:00 – 22:30 21:00 – 22:30 21:00 – 22:30	Волейбол ОФП	До 18 лет и старше
15	Фомин Владимир Александрович 8 953 923 19 03	МБОУ «СОШ №197 им.В.Маркелова», ул. Крупской, 14	ПН: ВТ: ЧТ:	17:30 – 20:30 17:30 – 20:30 17:30 – 20:30	ОФП Футбол	9-16 лет
		Спортивный зал «Кедр», ул. Сосновая, 16, стр.2	ПТ:	17:00 – 19:00		
16	Хлебус Александр Леонидович 8 953 923 19 03	Клуб «Дебют», ул.Калинина, 32	СР: ЧТ: СБ: ВС:	17:30 – 21:00 17:30 – 21:00 16:00 – 21:00 16:00 – 21:00	Шахматы шашки	До 18 лет и старше
17	Шицко Вячеслав Леонидович 8 923 403 25 19	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ПТ: ВС:	17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 12:00 – 15:00	ОФП Тренажерный зал (пауэрлифтинг)	От 16 лет и старше
18	Щеглов Дмитрий Николаевич 8 923 414 58 30	Спортивный зал, «Орловская СОШ», пос. Орловка, пер. Школьный, 4	ПН: СР: ПТ:	17:30 – 20:00 17:30 – 20:00 17:30 – 20:00	Волейбол	До 18 лет и старше
19	Янус Оксана Егоровна 8 953 918 70 57	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: СБ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 11:00 – 12:00	Роуп скиппинг	До 18 лет и старше

*В расписании возможны изменения!! Уточнить информацию можно по телефону: **56 77 32** и у инструкторов по спорту по указанным телефонам

Инструктор-методист СМР *И. Комовелова ИА*