

Утверждаю
 Директор МБУ ДО ДЮСШ
 «Смена»
 А.Д. Соболев
 «20» августа 2021 г.

Расписание работы инструкторов по спорту с 01.07.2021 г. по 31.08.2021 г.*

| № п/п | ФИО инструктора | Место занятий | График работы | | Физкультурно-оздоровительное направление | Возраст занимающихся |
|----------|---|--|---------------------------------------|--|--|--|
| | | | | | | |
| 1 | Андреев Дмитрий Игоревич 8 952 150 73 00 | Спортивный зал, 1 этаж, ул. Советская, 21 | ВТ: ЧТ: СБ: ВС: | 16:00 – 19:00 16:00 – 19:00 16:00 – 20:00 15:00 – 19:00 | ОФП (общая физическая подготовка) WORKOUT | От 8 лет и старше |
| 2 | Батура Ольга Анатольевна 8 913 806 42 72 (отпуск) | Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21 Чирлидинг (погодные условия: дождь – спортивный зал «Кедр», микр. Сосновка, ул. Сосновая, 16, стр.2 | ПН: СР: ПТ: | 10:00 – 11:00 11:30 – 13:00 12:00 – 14:00 10:00 – 12:00 12:00 – 14:00 10:00 – 12:00 | Стретчинг ОФП Лечебная физическая культура (ЛФК) Чирлидинг ОФП (фитнес) Стретчинг HOT IRON Чирлидинг Фитнес (фитбол) | Старше 55 лет Индивидуальная тренировка Дети 8-18 Старше 55 лет Дети 8-18 Старше 55 лет Дети 8-18 |

| | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|
| | | | | 12:00 – 14:00 | Чирлидинг | |
| | | | ВТ: ЧТ: | 16:00 – 18:00 16:00 – 18:00 | Чирлидинг | |
| 3 | Барановская Евгения Станиславовна 8952 161 79 71 (отпуск) | | | | | |
| 4 | Бойченко Анастасия Викторовна 8 923 412 02 28 | Спортивный клуб «Strong nation», ул. Солнечная, 2а, стр.4 | ВТ: ЧТ: | 15:00 – 17:00 19:30 – 21:30 | Кроссфит Функциональный тренинг ОФП | Старше 18 лет (30 и старше) |
| 5 | Берловский Евгений Олегович 8-903-951-09-99 | Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а | СР: СБ: | 18:00 – 20:00 11:00 – 13:00 | Йога | От 18 лет и старше |
| 6 | Белоусова Наталья Николаевна 8-913-829-21-60 | Фитнес центр «Вертикаль» ул. Победы, 37 | ПН: ВТ: СР: ЧТ: | 09:00 – 10:00 10:00 – 11:00 12:00 – 13:00 13:00 – 15:00 18:00 – 19:00 19:00 – 20:00 09:00 – 10:00 10:00 – 11:00 12:00 – 13:00 13:00 – 15:00 18:00 – 19:00 19:00 – 20:00 | Растяжка Танцевальное направление (Растяжка) Танцевальные направления Калланетика Растяжка Танцевальное направление (Растяжка) Танцевальные направления Калланетика | Дети до 14 лет 30 - 50 лет 30 - 50 лет Дети до 14 лет 30 - 50 лет 30 - 50 лет |

| | | | | | | |
|----|--|---|---------------------------------|---|---------------------------|----------------------|
| | | | ПТ: | 09:00 – 10:00 | Растяжка | Дети до 14 лет |
| | | | ВС: | 12:00 – 13:00 | Калланетика | 30 - 50 лет |
| | | | | 13:00 – 14:00 | Растяжка | Дети до 14 лет |
| 7 | Войнова Татьяна Николаевна 8 952 800 77 48 | ЖЭУ №11, ул. Калинина, 123 | ПН: ЧТ: | 10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 | Оздоровительный фитнес | Старше 18 лет |
| | | Фитнес центр «Вертикаль» ул. Победы, 37 | ВТ: | 13:00 – 15:00 | Оздоровительный фитнес | Люди с ОВЗ |
| | | Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21 | СР: | 19:00 – 21:00 | Оздоровительный фитнес | Старше 18 лет |
| 8 | Воложанцев Максим Максимович 8 953 911 38 50 | Открытые площадки по адресу: пр. Коммунистический, 101; ул. Мира, 29; ул. Ленина, 46; ул. Ленина, 108; ул. Победы, 23 (уточнять по телефону) | ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: | 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 | ОФП WORKOUT | До 18 лет и старше |
| 9 | Галанина Яна Геннадьевна 8 953 922 39 22 (отпуск) | | | | | |
| 10 | Гриценко Роман Юрьевич 8 953 920 58 01 | Клуб «Воин», 2 этаж, ул. Победы, 37 | ВТ: ЧТ: | 19:00 – 21:30 19:00 – 21:30 | ОФП Тайский бокс | 5-9 лет 40-65 лет |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--------------------------------|--------------------|
| | | | СБ: | 14:00 – 15:00 | | |
| 11 | Гудина Вероника Игоревна 8 999 177 57 09 | Центр единоборств «Воин» ул. Победы, 37 | ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ: | 10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 12:00 – 14:00 | Кикбоксинг ОФП | Старше 18 лет |
| 12 | Давыдов Игорь Сергеевич 8 923 401 50 40 Отпуск | | | | | |
| 13 | Дуркин Владимир Александрович 8 913 874 03 02 Отпуск | | | | | |
| 14 | Коваленко Александра Валерьевна 8 952 889 23 73 Отпуск | | | | | |
| 15 | Козлов Валентин Викторович 8 952 802 57 87 | Стадион «Янтарь», ул. Мира, 33, стр.1 | ВТ: ЧТ: | 19:30 – 21:00 19:30 – 21:00 | Футбол | Старше 18 лет |
| 16 | Короткова Вера Васильевна 8 923 419 89 10 Отпуск | | | | | |
| 17 | Лебедева Валерия Анатольевна 8 923 402 85 49 (Отпуск) | Спортивный зал «Кедр», микр. Сосновка, ул. Сосновая, 16, стр.2 | ПН: | 17:45 – 19:15 | ОФП (спортивные игры) | До 18 лет и старше |
| | | Территория около с/к «Дельфин», ул. Ленина, 46 | ПН: | 19:30 – 20:45 | Северная ходьба | До 18 лет и старше |
| | | Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а | ВТ: ЧТ: | 17:45 – 20:40 17:45 – 20:40 | Фитнес Степ-аэробика ОФП | До 18 лет и старше |

| | | | | | | |
|----|--|---|---------------------------------|---|-------------------------|--|
| 18 | Логунов Виталий Александрович 8 962 777 24 55 Отпуск | | | | | |
| 19 | Осколков Роман Николаевич 8 913 106 00 67 Отпуск | | | | | |
| 20 | Просвирин Виталий Игоревич 8 909 545 18 98 (отпуск) | Клуб «Чайка» ул. Советская, 21 | ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: | 16:30 – 20:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 | ОФП Футбол Хоккей | До 18 лет и старше |
| 21 | Сойнов Олег Васильевич 8-913-863-24-23 | Зал, ул. Советская, 21 (2 этаж) | СР: | 19:00 – 20:30 | Настольные игры | Старше 18 лет |
| | | Открытая коробка, ЖЭУ 11, ул. Калинина, 123 | ПТ: | 17:45 – 19:15 | Футбол | Старше 18 лет |
| 22 | Соколовский Анатолий Анатольевич 8 952 155 53 35 | МАУ Северский природный парк, просп. Коммунистический, 45А / Спортивный зал «Янтарь», ул. Мира, 28 (по погодным условиям, изменения уточняйте по телефону инструктора) | ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: | 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 | Северная ходьба ОФП | 18-65 (и люди, входящие в категорию ОВЗ) |
| | | Территория около ЗХК «СеверСК», ул. Калинина, 157 (лесной массив) | СБ: | 09:00 – 12:00 | Северная ходьба ОФП | До 18 лет и старше |
| 23 | Стребков Владимир Александрович | Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87 | ВТ: ЧТ: СБ: | 15:00 – 17:30 15:00 – 17:30 10:30 – 12:00 | Настольный теннис | 50-65 (люди, входящие в катеґорию ОВЗ) |

| | | | | | | |
|----|--|---|--------------------------|--|--|--------------------|
| | 8 913 802 84 40 | | | | | |
| 24 | Сухов Александр Владимирович 8 923 416 00 52 | Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87 | СР: ПТ: ВС | 18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 12:00 – 14:00 | Настольный теннис | До 18 лет и старше |
| 25 | Фомин Владимир Александрович 8 953 923 19 03 (отпуск) | Открытая площадка, МБОУ «СОШ №196», ул. Калинина, 46 а | ПН: СР: ЧТ: | 17:30 – 20:00 17:30 – 20:00 18:00 – 19:30 | ОФП Футбол | 9-16 лет |
| 26 | Федулин Виталий Сергеевич 8 960 979 67 77 | Тренажерный зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а | ПН: СР: ПТ: | 18:00 – 20:00 18:00 – 20:30 18:00 – 20:00 | ОФП Тренажерный зал (пауэрлифтинг) | 16-65 |
| 27 | Хлебус Александр Леонидович 8 953 912 83 55 (отпуск) | | | | | |
| 28 | Цыганков Александр Васильевич 8 953 923 44 04 (отпуск) | | | | | |
| 29 | Шицко Вячеслав Леонидович 8 923 403 25 19 | Тренажерный зал, ЗХК «СеверСК» ул. Калинина, 157 | ПН: СР: ПТ: ВС: | 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 12:00 – 15:00 | ОФП Тренажерный зал (пауэрлифтинг) | 16-65 |
| 30 | Шудяков Феликс Геннадьевич 8 913 800 83 00 | Клуб «Грация» пр. Коммунистический, 38 | ПН: СР: ПТ: | 20:00 – 22:00 20:00 – 22:00 20:00 – 22:00 | ОФП Тренажерный зал (пауэрлифтинг) | До 18 лет и старше |
| 31 | Щеглов Дмитрий Николаевич 8 923 414 58 30 Отпуск | | | | | |

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

Заместитель директора по СМР



В.А. Лебедева