



Зам. директора МБУДО СШ «Смена»

В.А. Лебедева

2023 г.

Расписание работы инструкторов по спорту с 19.10.2023 г. по 30.11.2023 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: СР:	18:00 – 20:30 18:00 – 20:30	ОФП Фитнес Растяжка	От 18 лет и старше
2	Батура Ольга Анатольевна 8 913 806 42 72	Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21	ПН: ВТ: ПТ:	18:30 – 19:45 18:00 – 20:00 18:00 – 20:00	ОФП Фитнес	55 и старше
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№87», ул. Курчатова, 14	СР:	17:45 – 20:00	Твирлинг	7-16 лет
3	Барановская Евгения Станиславовна 8 952 161 79 71	Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21	ПН: СР: ПТ:	11:00 – 13:00 11:00 – 13:00 11:00 – 13:00	Чирлидинг	8-16 лет
		Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	СР: ПТ:	20:00 – 21:00 19:30 – 21:00	Фитнес	От 14 лет и старше
		МБОУ «СОШ№89», ул. Строителей, 38	ПН: ВТ: ЧТ: ПТ:	17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 18:00 – 20:00 17:00 – 19:00	Чирлидинг	8-16 лет
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№87», ул. Курчатова, 14	СБ:	11:00 – 13:00	Твирлинг, акробатика	7-16 лет

4	Берловский Евгений Олегович 8 903 951 09 99	Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ПТ: ВС:	09:00 – 11:00 09:00 – 11:00 09:00 – 11:00 11:00 – 13:00	Йога	От 18 лет и старше
5	Войнова Татьяна Николаевна 8 952 800 77 48	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №87», ул. Курчатова, 14	ПН: ВТ: ЧТ: ПТ:	17:30 – 21:15 16:30 – 19:30 20:00 – 21:30 16:45 – 21:15 17:00 – 20:00	ОФП (силовые и кардиотренировки высокой интенсивности) Волейбол (для ВОС, нарушение зрения)	25-55 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
		Бассейн, Спортивный комплекс «Юность», ул. Курчатова, 13а (с 1 ноября)	СР:	12:00 – 13:00		
6	Галанина Яна Геннадьевна 8 953 922 39 22	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №87», пр.Коммунистический, 141	ЧТ:	16:00 – 17:30	ОФП Волейбол	До 18 лет и старше
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ №89», ул. Строителей, 38	ПН:	19:00 – 21:00		
7	Давыдов Игорь Сергеевич 8 923 401 50 40	Клуб «Авангард – 2», ул. Лесная, 2, подъезд 1	ПН: СР: ПТ:	18:30 – 21:30 18:30 – 21:30 18:30 – 21:30	ОФП Бокс	До 18 лет и старше
8	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
9	Захаров Александр Анатольевич 8 923 415 79 55	Спортивный зал, 1 этаж, ул. Советская, 21	ВТ: ЧТ: ВС:	18:00 – 21:00 18:00 – 21:00 17:00 – 20:00	ОФП	Дети до 18 лет и старше 18 лет
10	Козлов Валентин Викторович 8 952 802 57 87	СОК Химик, ул. Мира, 27А	СБ: ВС:	12:00-16:00 12:00-16:00	Футбол	Старше 18 лет

		Спортивный зал «Кедр», ул. Сосновая, 16, стр.2	ВТ: ЧТ:	20:00 – 22:00 19:00 – 21:00		
11	Короткова Вера Васильевна 8 923 419 89 10	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№88 им.А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	ПН: ВТ: ПТ:	19:00 – 21:30 19:00 – 21:30 19:00 – 21:30	Волейбол ОФП	Старше 18 лет (люди, входящие в категорию ОВЗ)
12	Логунов Виталий Александрович 8 962 777 24 55	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ВТ: ЧТ: ПТ:	17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00	Военно-патриотическая подготовка	До 18 лет и старше
13	Осколков Роман Николаевич 8 913 106 00 67	Спортивный зал «Кедр», микр. Сосновка, ул. Сосновая, 16, стр.2	ВС:	15:00 – 16:30	Бадминтон ОФП	До 18 лет и старше
		Спортивный зал «Янтарь», ул. Мира, 28	СР: СБ: ВС:	17:30 – 21:00 09:00 – 10:00 17:00 – 18:30 18:30 – 20:00		
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№76», ул.Парковая, 2А	ВТ: ЧТ:	16:30 – 18:00 16:30 – 18:00		
14	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

15	Петренко Вероника Игоревна 8 999 177 57 09	Центр единоборств «Воин» ул. Победы, 37	ВТ: ЧТ: ВС:	10:00 – 13:00 10:00 – 13:00 16:30 – 19:30	Кикбоксинг ОФП	До 18 лет и старше
16	Петроченко Евгения Ориковна 8 962 780 15 36	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	СР: ПТ: СБ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 12:00 – 14:00	Настольный теннис	До 18 лет и старше
		В зависимости от погодных условий: Спортивный центр «Лёд», пр. Коммунистический, 5а или МАУ «Северский природный парк», просп. Коммунистический, 45А (у входа в парк) Территория около ЗХК «СеверСК», ул. Калинина, 157	ВТ: ЧТ: ВС:	18:30 – 20:00 18:30 – 20:00 11:00 – 12:30	Северная ходьба ОФП	Старше 18 лет
17	Просвирин Виталий Игоревич 8 952 897 75 58	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
18	Серкина Юлия Олеговна 8 996 637 74 88	Спортивный зал, МБОУ «Самусьский лицей», п. Самусь ул. Пекарского, 30	ПН: СР: ЧТ:	21:00 – 22:30 21:00 – 22:30 21:00 – 22:30	ОФП Волейбол Баскетбол	До 18 лет и старше
19	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		

20	Синаевская Галина Владимировна 8 913 864 23 99	Клуб «Вертикаль», ул. Победы, 37	ПН:	09:00 – 12:00 12:00 - 13:00	Танцевальное направление ЛФК фитнес	30 – 50 лет Любой возраст
			ВТ:	10:00 – 12:00 12:00 - 14:00	Танцевальное направление ЛФК фитнес	30 – 50 лет Любой возраст
			СР:	09:00 – 12:00	Танцевальное направление	30- 50 лет
			ЧТ:	10:00 – 12:00 12:00 - 14:00	Танцевальное направление Растяжка	30 – 50 лет До 18 лет
			ПТ:	09:00 – 12:00 12:00 - 13:00	Танцевальное направление ЛФК фитнес	30 – 50 лет Любой возраст
			ВС:	11:00 – 12:00 13:00 - 14:00	Восточные танцы Танцевальное направление	30- 50 лет До 18 лет
21	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
22	Стребков Владимир Александрович 8 913 802 84 40	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	ВТ: ЧТ: СБ:	15:00 – 17:30 15:00 – 17:30 10:30 – 12:00	Настольный теннис	От 50 лет и старше (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
23	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		
24	Хлебус Александр Леонидович 8 953 912 83 55	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

25	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
26	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

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

Составил: инструктор – методист Коновалова И.А.

