

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МАУ ДО СШОР «Аквалидер»
А.В. Влох
« 31 » августа 2023 г.

Расписание учебно-тренировочных занятий Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Аквалидер» на 2023-2024 гг.

Оленберг К.О.		Витязева И.В.	
День недели	№ дорожки	День недели	№ дорожки
Понедельник		Понедельник	
8.00	Фитнес-зал № 2	13.00	Теория
9.00	3	14.00	4,5
15.00	3	15.00	5
16.00	3	16.00	6
17.00	3	17.00	Тренажерный зал
Вторник		Вторник	
8.00	3	8.00	Спортивный зал
9.00	3	9.00	6
15.00	4	10.00	6
16.00	4	14.00	1,2
17.00	Тренажерный зал	15.00	3
Среда		Среда	
8.00	3	16.00	3
9.00	3	8.00	4
15.00	2	9.00	4
16.00	1	14.00	1,2
Четверг		Четверг	
8.00	Спортивный зал	15.00	1
9.00	3	16.00	Фитнес зал №1
15.00	3	17.00	2
16.00	1	18.00	2
17.00	1	Четверг	
Пятница		Пятница	
8.00	1	8.00	4
9.00	1	9.00	4
15.00	5	14.00	3,4
16.00	5	15.00	1
17.00	Спортивный зал	16.00	3
Суббота		Суббота	
15.00	Спортивный зал	17.00	Спортивный зал
16.00	6	8.00	7
17.00	6	9.00	Фитнес зал №1
18.00	6	14.00	5,6
Воскресенье		Воскресенье	
	ВЫХОДНОЙ	15.00	6
		16.00	Спортивный зал
		17.00	Теория
		18.00	2
		13.00	Спортивный зал
		14.00	2,3,4
		15.00	2
		16.00	2
		17.00	Теория
		18.00	2
		Воскресенье	
		ВЫХОДНОЙ	

Саунин О.Г.		Оленберг В.А.	
День недели	№ дорожки	День недели	№ дорожки
Понедельник		Понедельник	
8.00	Спортивный зал	8.00	2,3
9.00	1	9.00	2
14.00	3	15.00	2
15.00	Спортивный зал	16.00	Спортивный зал
16.00	4	17.00	4
17.00	Спортивный зал	18.00	4
18.00	5	Вторник	
Вторник		8.00	2
8.00	1	9.00	2
9.00	1	15.00	2
14.00	3	16.00	2
15.00	3	17.00	2
16.00	3	18.00	2
17.00	3	Среда	
18.00	3	8.00	2
Среда		9.00	2
8.00	1	15.00	Фитнес зал №2
9.00	1	16.00	Спортивный зал
14.00	7	17.00	3
15.00	Тренажерный зал	18.00	3
16.00	3	Четверг	
17.00	Тренажерный зал	8.00	3
18.00	4	9.00	Спортивный зал
Четверг		14.00	Спортивный зал
8.00	2	15.00	4
9.00	2	16.00	Тренажерный зал
15.00	2	17.00	3
16.00	2	18.00	3
17.00	2	Пятница	
18.00	2	8.00	2
Пятница		9.00	2
8.00	3	14.00	3
9.00	Спортивный зал	15.00	Тренажерный зал
15.00	3,4	16.00	2
16.00	3	17.00	2
17.00	3	Суббота	
Суббота		14.00	7,8
15.00	7	15.00	8
16.00	4,5	16.00	Тренажерный зал
17.00	4,5	17.00	3
18.00	5	18.00	3,4
Воскресенье	ВЫХОДНОЙ	Воскресенье	ВЫХОДНОЙ

Котлов В.Г.		Третьяков С.А.	
День недели	№ дорожки	День недели	№ дорожки
Понедельник		Понедельник	
8.00	4	8.00	6
9.00-9.30	4	9.00	Фитнес зал №1
9.30-10.00	Тренажерный зал	14.00	7
14.00	6	15.00	1
15.00	6	16.00	Фитнес зал №1
16.00	5	Вторник	
17.00	5	8.00	8
Вторник		9.00	Тренажерный зал
14.00	6	14.00	5
15.00	6	15.00	1
16.00	6	16.00	1
17.00	6	Среда	
Среда		8.00	5
8.00	6	9.00	5
9.00-9.30	6	14.00	5
9.30-10.00	Тренажерный зал	15.00	5
14.00	6	16.00	6
15.00	6	17.00	Спортивный зал
16.00	Тренажерный зал	Четверг	
17.00	6	8.00	1
18.00	6	9.00	1
Четверг		14.00	1
8.00	5	15.00	5
9.00	Тренажерный зал	16.00	5
14.00	7	17.00	Тренажерный зал
15.00	Спортивный зал	Пятница	
16.00	4	8.00	Фитнес зал №1
17.00	4	9.00	3
Пятница		10.00	3
8.00	4	Суббота	
9.00-9.30	4	14.00	6
9.30-10.00	Тренажерный зал	15.00	3
14.00	4	16.00	3
15.00	Фитнес зал №2	17.00	8
16.00	Тренажерный зал	Воскресенье	ВЫХОДНОЙ
17.00	6		
18.00	6		
Суббота			
12.00	5		
13.00	5,6		
14.00	5		
15.00	Тренажерный зал		
16.00	7		
17.00	7		
Воскресенье	ВЫХОДНОЙ		

Глухова О.Е.		Хоменко Г.И.	
День недели	№ дорожки	День недели	№ дорожки
Понедельник		Понедельник	
8.00	5	8.00	Тренажерный зал
9.00	5	9.00	6
18.00	3	10.00	6
19.00	3	14.00	Спортивный зал
Вторник		15.00	1
8.00	7	16.00	2
9.00	7	17.00	2
17.00	5	Вторник	
18.00	5	16.00	Фитнес зал №2
Среда		17.00	4
10.00	2	18.00	4
11.00	2	19.00	Теория
12.00	Тренажерный зал	Среда	
Четверг		8.00	7,8
9.00	5	9.00	Спортивный зал
10.00	5	14.00	3
18.00	4	15.00	3
19.00	4	16.00	4
Пятница		17.00	4,5
10.00	2	18.00	Теория
11.00	2	Четверг	
16.00	4	16.00	Спортивный зал
17.00	4	17.00	6
Суббота		18.00	6
8.00	2	19.00	Теория
9.00	2	Пятница	
10.00	Тренажерный зал	8.00	5
Воскресенье	ВЫХОДНОЙ	9.00	5
		10.00	Тренажерный зал
		14.00	Спортивный зал
		15.00	2
		16.00	5
		17.00	5
		Суббота	ВЫХОДНОЙ
		Воскресенье	
		15.00	Теория
		16.00	Тренажерный зал
		17.00	5,6
		18.00	5,6

Баскакова С.Л.	
День недели	№ дорожки
Понедельник	
14.00	1
15.00	Фитнес зал №2
16.00	1
17.00	1
18.00	Теория
Вторник	
8.00	6
9.00	Спортивный зал
14.00	8
15.00	8
16.00	Спортивный зал
17.00	1
18.00	Теория
Среда	
14.00	4
15.00	4
16.00	4
17.00	1
18.00	Теория
Четверг	
8.00	8
9.00	8
14.00	Фитнес зал №2
15.00	8
16.00	Фитнес зал №2
17.00	5
18.00	5
Пятница	
8.00	6
9.00	6
10.00	Фитнес зал №2
14.00	2
15.00	1
16.00	1
17.00	1
Суббота	
ВЫХОДНОЙ	
Воскресенье	
12.00	1
13.00	Теория
16.00	7,8
17.00	7,8
18.00	7,8

Комаров Л.В.		Раков О.В.	
День недели	№ дорожки	День недели	№ дорожки
Понедельник		Понедельник	
8.00	7	8.00	8
9.00	7	9.00	8
15.00	7	15.00	8
16.00	7	16.00	8
17.00	6,7	17.00	8
Вторник		Вторник	
8.00	4	8.00	5
9.00	4	9.00	5
15.00	Тренажерный зал	14.00	Детский сектор
16.00	7,8	15.00	7
17.00	7	16.00	Тренажерный зал
Среда		Среда	
8.00	Тренажерный зал	18.00	7
9.00	7	Среда	
10.00	7	8.00	Спортивный зал
14.00	Фитнес зал №1	9.00	8
15.00	Спортивный зал	15.00	7,8
16.00	7	16.00	8
17.00	7	17.00	8
18.00	7	18.00	8
Четверг		Четверг	
8.00	7	8.00	6
9.00	7	9.00	6
15.00	Тренажерный зал	14.00	Детский сектор
16.00	8	15.00	6,7
17.00	8	16.00	6,7
Пятница		Пятница	
8.00	8	8.00	Фитнес зал №2
9.00	8	9.00	7
14.00	7,8	14.00	1
15.00	7,8	15.00	Спортивный зал
16.00	8	16.00	7
17.00	8	17.00	7
Суббота		Суббота	
ВЫХОДНОЙ		ВЫХОДНОЙ	
Воскресенье		Воскресенье	
8.00	Спортивный зал	9.00	Спортивный зал
9.00	3,4	10.00	5,6
10.00	3,4	11.00	Тренажерный зал
11.00	Спортивный зал	12.00	5
12.00	3,4	13.00	5
13.00	3,4	14.00	1
14.00	3,4		