

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Липецкой области
«Областная комплексная спортивная школа олимпийского резерва»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО Ю «ОК СПОР»
А.В. Пронин

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ на 2023-2024 учебный год
БОРЬБА НА ПОЯСАХ**



№	Ф.И.О. тренера	база	Группа Нагрузка, количество человек	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	Ибрагимов Ислам Магомедович (68 часов, 34 ч +34 ч)	С/К Спартак ГБУ ДО Ю «ОК СПОР» ул.Г.Гарина, д.70 а	УТЭ - 4 г.о. 8 чел., 14 ч	16.00 - 17.00 тр/з	16.00 - 17.00 з/х	16.30 - 17.30 тр/з	15.00-16.00 л/кросс	15.00-16.00 л/кросс	Выходной	12.00-14.00 тр/з
			УТЭ - 4 г.о. 8 чел., 14 ч	16.00 - 17.00 тр/з	16.00 - 17.00 з/х	16.30 - 17.30 тр/з	15.00-16.00 л/кросс	16.00-18.00 тр/з	Выходной	12.00-14.00 тр/з
			ВСМ - 1 чел. 20 ч	7.00-8.00	7.00-9.00	7.00-8.00	7.00-8.00	7.00-8.00		14.15-15.15 тр/зал
			ВСМ - 2 чел. 20 ч	18.15-19.00 з/х 19.00-20.15 тр/з	18.15-20.15 з/х	18.30-19.00 з/б 19.15-20.45 восст.центр	18.15-19.45 з/х 19.45-20.15 тр/зал	18.15-19.30 з/х 19.30-20.15 тр/зал	Выходной	15.15-16.15 бассейн 16.15-18.15 татами

Инструктор методист

Колесникова О.В. Начальник отдела

Е.В. Черных