

Расписание спортивных секций 2024/2025

Возможны изменения в расписании.

Тренажерный зал

понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<i>8.00-15.30 физкультура</i>	<i>9.00-15.30 физкультура</i>	<i>9.00-15.30 физкультура</i>	<i>9.00-15.30 физкультура</i>	<i>9.00-15.30 физкультура</i>
				Бокс 16.00-17.00
<i>17.00-18.30 Атлетическая гимнастика 8-11классы</i>		<i>17.00-18.30 Атлетическая гимнастика 8-11классы</i>		<i>17.00-18.30 Атлетическая гимнастика 8-11классы</i>

Школьный спортзал

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Воскресенье
<i>09.00-17.35 Физкультура</i>	<i>09.00-18.30 Физкультура</i>	<i>09.00-15.30 Физкультура</i>	<i>09.00-15.30 Физкультура</i>	<i>09.00-16.35 Физкультура</i>	
	<i>16.00-17.30 ФИТНЕС- АЭРОБИКА</i>		<i>16.00-17.30 ФИТНЕС- АЭРОБИКА</i>		<i>16.00-19.00 ФИТНЕС- АЭРОБИКА</i>

Расписание Игровой спортзал

<i>ПОНЕДЕЛЬНИК</i>	<i>ВТОРНИК</i>	<i>СРЕДА</i>	<i>ЧЕТВЕРГ</i>	<i>ПЯТНИЦА</i>	<i>СУББОТА</i>	<i>ВОСКРЕСЕНЬЕ</i>
УРОКИ	УРОКИ	УРОКИ	УРОКИ	УРОКИ	9.30-11.00 Футбол 6-10 класс	9.30-11.00 Волейбол 2012гр и младше
15.00-16.00 Футбол 3-5 класс	15.30-17.00 Футбол 3-5 класс	15.00-16.00 Футбол 3-5 класс	15.00-16.30 Футбол 3-5 класс	15.30-17.00 Волейбол 2012гр и мл	11.00-12.30 Футбол детский сад	11.00-12.30 Волейбол 2010-2011гр
16.00-17.30 Футбол 6-10 класс	17.00-18.30 Волейбол 2012гр и мл	16.00-17.30 Футбол 6-10 класс	16.30-18.00 Флорбол	17.00-18.30 Волейбол	12.30-14.00 Волейбол 2010-2011гр	12.30-14.00 Волейбол 2009гр и старше
17.30-19.30 Футбол Д/С	18.30-20.30 Волейбол 2010-2011гр класс	17.30-19.30 Футбол Д/С	18.00-20.00 Бадминтон, настольный теннис	18.30-20.30 Волейбол 2009гр и старше	14.00-15.30 Волейбол 2009гр и старше	14.30-16.30
19.30-21.00 ОФП		19.30-21.00 ОФП		15.30-17.00 Волейбол 2012гр и младше		18.00-19.30 Бадминтон

Расписание Балкон

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	<i>15.00-16.30</i> <i>ФИТНЕС</i>		<i>15.00-16.30</i> <i>ФИТНЕС</i>	
16.00-17.00 Вольная борьба	16.30-18.00 <i>БОКС</i>	16.00-17.30 Вольная борьба	16.30-18.00 <i>БОКС</i>	16.00-17.00 Вольная борьба
17.00-18.00 Вольная борьба				17.00-18.00 Вольная борьба

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ И БИАТЛОН

Тренер: Волкова Вероника Васильевна

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
				<i>10.00-11.30</i> <i>1 класс</i>
<i>14.00-15.30</i> <i>2 класс</i>		<i>14.00-15.30</i> <i>1 класс</i>	<i>15.00-16.30</i> <i>2 класс</i>	<i>11.30-13.00</i> <i>2 класс</i>
<i>15.30-17.00</i> <i>3-5 класс</i>		<i>15.30-17.00</i> <i>2 класс</i>	<i>16.30-18.00</i> <i>3-5 класс</i>	<i>13.00-14.30</i> <i>3-5 класс</i>

Тренировки проводятся на школьном стадионе или в спортклубе.

Волейбол

Тренер: Заколюкина Марина Александровна

Расписание занятий

Пон	Вторник	Среда	Чет	Пятница	Суббота	Воскресенье
					<i>12.30-14.00 2010-11гр класс</i>	<i>9.30-11.00 2012 гр и мл</i>
	<i>17.00-18.30 2012гр и мл</i>			<i>15.30-17.00 2012гр и мл</i>	<i>14.00-.15.30 2009гр и старше</i>	<i>11.00-12.30 2010-2011 гр</i>
	<i>18.30-20.30 2010-2011гр</i>				<i>15.30-17.00 2012 класс</i>	<i>12.30-14.00 2009гр и старше</i>
				<i>18.30-20.20 2009гр и старше</i>		

Тренировки проводятся в спортклубе.