



Расписание работы инструкторов по спорту с 09.01.2025 г. по 31.01.2025 г.*

№ п/п	ФИО инструктора	Место занятий	График работы		Физкультурно-оздоровительное направление	Возраст занимающихся
			ПН: ЧТ:			
1	Андреева Валентина Сергеевна 8 903 915 21 00	Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: ЧТ:	18.00 – 20.30 18.00 – 20.30	ОФП Фитнес Растяжка	От 18 лет и старше
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ №88 им. А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	ВТ:	19.00-21.00		
2	Верхотурова Лариса Павловна 8 952 152 96 97	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ВТ: ЧТ: ПТ:	09.00 – 13.00 09.00 – 13.00 09.00 – 11.00	Оздоровительная гимнастика ОФП	50 лет и старше
		С/к «Химик», ул. Мира,	ВТ: ПТ:	11.30 – 13.00 11.30 – 13.00		
		Ул. Калинина, 32	ПН: ПТ:	15.00 – 17.00 15.00 – 17.00		
3	Гусаков Дмитрий Анатольевич 8 913 888 28 39	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а 1 этаж	ПН: СР: СБ:	20.00 – 22.00 20.00 – 22.00 16.00 – 18.00	Тренажерный зал	До 18 лет и старше

4	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
5	Коржавин Александр Владимирович 8 913 824 77 12	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: ПН: СР: СР: ПТ: СБ:	09.00 – 11.30 19.00 – 21.30 09.00 – 11.30 19.00 – 21.30 19.00 – 21.30 10.00 – 12.30	Йога	Старше 18 лет
6	Просвирин Виталий Игоревич 8 952 897 75 58	Клуб «Чайка» ул. Советская, 21	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ:	16.30 – 20.00 16.30 – 21.00 16.30 – 21.00 16.30 – 21.00 16.30 – 21.00 11.00 – 13.00	ОФП Футбол Хоккей	До 18 лет и старше
7	Соколовский Анатолий Анатольевич 8 952 155 53 35	МАУ Северский природный парк, просп. Коммунистический, 45А (сцена)	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	Старше 18 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
8	Синаевская Галина Владимировна 8 913 864 23 99	Клуб «Вертикаль», ул. Победы, 37	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ:	09.00 – 12.00 12.00 – 13.00 10.00 – 12.00 12.00 – 14.00 09.00 – 12.00 10.00 – 12.00 12.00 - 14:00 09.00 – 12.00 12.00 – 13. 00	Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление Танцевальное направление Растяжка Танцевальное направление ЛФК фитнес	30 – 50 лет Любой возраст 30 – 50 лет Любой возраст 30- 50 лет 30 – 50 лет До 18 лет 30 – 50 лет Любой возраст

			ВС:	11.00 – 12.00 13.00 – 14.00	Восточные танцы Танцевальное направление	30- 50 лет До 18 лет
9	Янус Оксана Егоровна 8 953 918 70 57	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №87», ул. Курчатова, 14	СР: СБ:	18.00 – 20.00 11.00 – 15.00	Роуп скиппинг Батон твирлинг	До 18 лет и старше
		ул. Советская, 21	ВТ: ЧТ:	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00		

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

инструктор-методист по СБР И.А. Коновалов *И.А.*