Утверждаю
Директор МБУ ДО ДЮСШ
«Смена»
_____ Е.А. Саркисов
«14» апреля 2020 г.

Расписание работы инструкторов по спорту с 01.04.2020 г. по 31.05.2020 г.*

№ п/п	ФИО инструктора	Место занятий	График работы		Физкультурно-оздоровительное направление	Возраст занимающихся
1	**Андреев Дмитрий Игоревич 8 952 150 73 00**	Спортивный зал, 1 этаж ул. Советская, 21	ВТ: ЧТ: СБ: ВС:	17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 17:00 – 19:00	Общая физическая подготовка, WORKOUT	До 18 лет и старше
2	**Батура Ольга Анатольевна 8 913 806 42 72**	• Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21	ВТ: СР: ЧТ: ПТ:	16:00 – 19:00 11:00 – 12:00 16:00 – 19:00 11:00 – 12:00	Чир фристайл+ скакалка Общая физическая подготовка (фитнес) Чир фристайл+ скакалка Общая физическая подготовка (фитнес)	7 – 15 лет Старше 55 лет 7 – 15 лет Старше 55 лет
		• Спортивный зал, «СОШ№87», 2 этаж ул. Курчатова, 14	ПН: СР: СБ:	16:00 – 18:00 16:00 – 20:00 12:00 – 15:00	Чирлидинг	До 18 лет и старше
		• г. Северск, ул. Царевского, 1-14	ПН: СР: ПТ:	10:30 – 11:30 12:30 – 13:30 12:30 – 13:30	Индивидуальные занятия	Старше18 лет

3	**Барановская Евгения Станиславовна 8 952 161 79 71**	• МБОУ «СОШ№197», ул. Крупской, 14	ВТ:	18:00 – 19:30	Скиппинг, ОФП, фитнес	До 18 лет и старше
		• Спортивный зал МБОУ «СОШ№89», • ул. Строителей, 38	ПТ:	16:30 – 18:00	Скиппинг	До 18 лет
		• Микрорайон Сосновка, спортивный зал «Кедр» ул. Сосновая 16, стр.2	ПТ:	18:30 – 20:00	Чирлидинг ОФП	До 18 лет и старше
4	**Войнова Татьяна Николаевна 8 952 800 77 48**	• Спортивный зал СОШ №87 ул. Курчатова, 14	ПН: ЧТ:	18:00 – 19:00 17:30 – 18:30	Индивидуальные занятия	(ребенок, входящий в категорию ОВЗ)
		• Спортивный зал СОШ №87 ул. Курчатова, 14	ПН: ВТ: ЧТ: ПТ:	19:00 – 21:00 18:00 – 20:00 19:00 – 21:00 17:00 – 19:00	Оздоровительный фитнес Общая физическая подготовка	Старше 18 лет
		• Бассейн «Катран» СОШ№90 ул. Горького, 32	ПН:	13:00 – 14:00	Оздоровительное плавание	Старше 18 лет Люди, входящие в категорию ОВЗ
5	**Воложанцев Максим Максимович 8 953 911 38 50**	Спортивный зал, 1 этаж ул. Советская, 21	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ:	13:00 – 17:00 13:00 – 17:00 13:00 – 17:00 13:00 – 17:00 13:00 – 16:00 13:00 – 16:00	Общая физическая подготовка, WORKOUT	До 18 лет и старше
6	**Галанина Яна Геннадьевна 8 953 922 39 22**	Спортивный зал «СФМЛ», пр.Коммунистический, 56	ВТ: ЧТ:	15:00 – 17:15 15:00 – 17:15	Волейбол	До 18 лет и старше

7	**Горбунова Анастасия Евгеньевна 8 952 887 23 77**	• Спортивный зал МБОУ «СОШ№89», ул. Строителей, 38	ПН: СР:	16:30 – 18:00 16:30 – 18:00	Общая физическая подготовка, WORKOUT	До 18 лет и старше
		• Спортивный зал, ул. Советская, 21	ПТ: СБ:	16:00-18:00 12:00-15:00	Общая физическая подготовка, WORKOUT	
8	**Гриценко Роман Юрьевич 8 953 920 58 01**	Клуб «Пересвет», 5 этаж ул. Курчатова, 2	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ:	18:00 – 20:30 19:00 – 20:30 19:00 – 20:30 19:00 – 20:30 19:00 – 20:30	Общая физическая подготовка Тайский бокс	От 6 лет и старше От 10 до 30 лет От 30 и старше От 10 до 30 лет От 30 и старше
9	**Гудина Вероника Игоревна 8 999 177 57 09**	• МБОУ «СОШ№197», ул. Крупской, 14	ВТ: ЧТ:	16:30 – 17:30 16:30 – 17:30	Кикбоксинг	От 7 до 20 лет
		• Фитнес центр «Вертикаль», ул. Победы, 37	СБ:	14:30 – 15:30	ЛФК	От 55 и старше
		• Тренажерный зал «Вертикаль» ул. Славского, 6А	СБ: ВС:	15:30 – 18:30 12:00 – 15:00	Тренажерный зал (Общая физическая подготовка)	От 30 и старше
10	**Дуркин Владимир Александрович 8 913 874 03 02**	• Спортивный зал «Дельфин», ул. Ленина, 46	ПН:	21:45 – 22:30	Флорбол	Старше 18 лет
		• Спортивный зал «СОШ№80» ул. Северная, 18	СР: ПТ: СБ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 11:00 – 13:00	Общая физическая подготовка Футбол	До 18 лет и старше
11	**Коваленко Александра Валерьевна**	Спортивный зал МБОУ «Самусьский лицей», п. Самусь ул. Пекарского, 30	ПН: СР:	20:30 – 22:00 20:30 – 22:00	Общая физическая подготовка Волейбол Баскетбол	До 18 лет и старше

12	**Козлов Валентин Викторович 8 952 802 57 87**	• Микрорайон Сосновка, спортивный зал «Кедр» ул. Сосновая 16, стр.2	ВТ: ЧТ:	20:30 – 22:00 20:30 – 22:00	Футбол	Старше 18 лет
		• Спортивный зал «Янтарь», ул. Мира, 28	СР:	21:00 – 22:30		
13	**Копачев Олег Владимирович 8 913 848 86 14**	Спортивный зал/ спортивная площадка «СОШ№198» ул. Победы, 12А	ВТ: ЧТ: СБ:	15:30 – 17:00 15:30 – 17:00 11:00 – 14:00	Общая физическая подготовка Футбол	До 18 лет
14	**Короткова Вера Васильевна 8 923 419 89 10**	Спортивный зал «СОШ №88» пр. Коммунистический, 141	ПН: ВТ: ПТ:	19:00 – 21:00 19:00 – 21:00 19:00 – 21:00	Общая физическая подготовка Волейбол	Старше 18 лет (люди, входящие в категорию ОВЗ)
15	**Лебедева Валерия Анатольевна 8 923 402 85 49**	• Микрорайон Сосновка, спортивный зал «Кедр» ул. Сосновая 16, стр.2	ПН: СР:	18:00 – 19:30 18:00 – 19:30	Общая физическая подготовка	До 18 лет и старше
		• Территория около с/к «Дельфин», ул. Ленина, 46 (погодные условия: до -15*) ***Возможны изменения по причине погодных условий!**	ПН: СР:	19:45 – 20:45 19:45 – 20:45	Северная ходьба	

		• Тренажерный зал ЗХК «СеверСК» ул. Калинина, 157	ЧТ:	18:00 – 20:15	Фитнес Степ-аэробика	
16	**Логунов Виталий Александрович 8 962 777 24 55**	Клуб «Пересвет», 5 этаж ул. Курчатова, 2	ПН: СР:	18:00 – 19:30 18:00 – 19:30	Военно-патриотическая подготовка Общая физическая подготовка	До 18 лет и старше
17	**Лотов Сергей Дмитриевич 8 913 806 18 86**	Малый спортивный зал «СОШ№88», 2 этаж пр.Коммунистический, 141	ПН: СР: ПТ: ВС:	19:00 – 21:00 19:00 – 21:00 19:00 – 21:00 11:00 – 14:00	Единоборства/Каратэ	До 18 лет
18	**Осколков Роман Николаевич 8 913 106 00 67**	• Спортивный зал «СФМЛ», пр.Коммунистический, 56	ПТ:	17:30 – 18:30	Бадминтон	До 18 лет
		• Спортивный зал «Кедр» ул. Сосновая, 16, стр.2	ПТ: ВС:	16:00 – 17:00 15:00 – 16:30	Бадминтон	До 18 лет и старше
		• Спортивный зал «Янтарь» ул. Мира, 28	ВС:	17:00 – 18:00 19.30 – 21.00	Бадминтон	До 18 лет Старше 18 лет
19	**Просвирин Виталий Игоревич 8 909 545 18 98**	Клуб «Чайка» ул. Советская, 21	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: СБ:	16:30 – 19:30 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 13:00 – 15:00	Общая физическая подготовка Футбол Хоккей	До 18 лет и старше
20	**Синаевская Галина Владимировна 8 913 864 23 99**	Клуб «Вертикаль» ул. Победы, 37	ВТ: ЧТ:	13:00 – 15:00 13:00 – 15:00	Танцевальные направления	Старше 18 лет (18 – 60 лет)

			ПТ: ВС: ВС:	18:00 – 19:00 11:00 – 12:00 12:00 – 13:00 17:00 – 19:00	Танцы Танцы Калланетик Растяжка +ЛФК	Старше 18 лет (18 – 60 лет) Старше 18 лет (18 – 60 лет) Дети 6 – 12 лет
21	**Соколовский Анатолий Анатольевич 8 952 155 53 35**	• территория около Северского природного парка, пр. Коммунистический, 45А Место проведения занятий уточнять у инструктора по спорту. **Возможны изменения по причине погодных условий!**	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ:	09:00 – 12:00 09:00 – 12:00 09:00 – 12:00 09:00 – 12:00 09:00 – 12:00	Скандинавская ходьба ОФП	Старше 18 лет
		• Спортивный зал «Янтарь», ул. Мира, 28 (при неблагоприятных погодных условиях занятия проводятся в зале)	ПН: СР: ПТ:	09:00 – 12:00 09:00 – 12:00 09:00 – 12:00		
		• Учебный класс, 1 этаж, ул. Советская, 21	ПТ:	13:00 – 15:00	Теоретический курс по северной ходьбе	
22	**Стребков Владимир Александрович**	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	ВТ: ЧТ: СБ:	15:00 – 16:00 15:00 – 16:00 10:30 – 12:00	Настольный теннис	От 50 лет и старше (люди, входящие в категорию ОВЗ)

	8 913 802 84 40					
23	**Сухов Владимир Александрович 8 906 955 08 78**	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	СР: ПТ: ВС	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 12:00 – 15:00	Настольный теннис	До 18 лет и старше
24	**Сухов Анатолий Степанович 8 952 183 34 93**	• Футбольное поле (около ЖЭУ-11), ул. Калинина, 123 Спортивная площадка/футбольное поле за МБОУ «СОШ№83»	ВТ:	19:30 – 21:00	Футбол	От 16 лет и старше
		• Спортивный зал «Янтарь» ул. Мира, 28	ПТ:	19:30 – 21:00		
25	**Фомин Владимир Александрович 8 953 923 19 03**	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№197 им. В.Маркелова», ул. Крупской, 14	ПН: СР: ЧТ:	17:30 – 20:00 17:30 – 20:00 18:00 – 19:30	Общая физическая подготовка Футбол	До 18 лет и старше
		Спортивный зал «Кедр» ул.Сосновая, 16, стр.2	ВС:	14:00 – 16:00		
26	**Федулин Виталий Сергеевич 8 960 979 67 77**	Тренажерный зал ЗХК «СеверСК» ул. Калинина, 157	ПН: СР: ПТ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 20:00 – 21:00	Общая физическая подготовка Тренажерный зал (пауэрлифтинг)	Старше 18 лет
27	**Хлебус Александр Леонидович 8 953 912 83 55**	Клуб «Дебют» (ул. Калинина, 32)	СР: ЧТ: СБ: ВС:	18:00 – 21:00 18:00 – 21:00 16:00 – 21:00 16:00 – 21:00	Шахматы Шашки	До 18 лет и старше
28	**Шицко Вячеслав Леонидович**	Тренажерный зал ЗХК «СеверСК» ул. Калинина, 157	ВТ: ПТ: ВС:	18:00 – 21:00 18:00 – 20:00 11:00 – 14:00	Общая физическая подготовка Тренажерный зал	До 18 лет и старше (от 16 лет)

	8 923 403 25 19				(пауэрлифтинг)	
29	**Шулдяков Феликс Геннадьевич 8 913 800 83 00**	Клуб «Грация» пр. Коммунистический, 38	ПН: СР: ПТ:	20:00 – 22:00 20:00 – 22:00 20:00 – 22:00	Общая физическая подготовка, Тренажерный зал (пауэрлифтинг)	До 18 лет и старше
30	**Щеглов Дмитрий Николаевич 8 923 414 58 30**	Спортивный зал МБОУ «Орловская СОШ», п. Орловка пер. Школьный, 4	ПН: СР: ПТ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 18:00 – 20:00	Общая физическая подготовка Волейбол	До 18 лет и старше

*в связи с распоряжением №224 – ра от 13.04.2020 «О внесении изменения в распоряжение Администрации Томской области от 18.03.2020 №156 – ра – занятия отменяются до 30.04.2020 г.