



Утверждаю

Зам. директора МБУДО СШ «Смена»

В.А. Лебедева

2023 г.

Расписание работы инструкторов по спорту с 01.05.2023 г. по 31.07.2023 г.*

№ п/п	ФИО инструктора	Место занятий	График работы		Физкультурно-оздоровительное направление	Возраст занимающихся
1	Батура Ольга Анатольевна 8 913 806 42 72	Спортивный зал, 2 этаж, ул. Советская, 21	ПН: СР: ПТ:	11:00 – 12:30 11:00 – 12:30 11:00 – 12:30	Зумба ОФП ОФП	Старше 55 лет
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№89», ул. Строителей, 38	ПН: ВТ: ЧТ: ПТ:	16:00 – 18:00 16:00 – 18:00 16:00 – 18:00 16:00 – 18:00	Чирлидинг Чирлидинг Твирлинг	8 – 18 лет
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№87», ул. Курчатова, 14	СР: СБ:	17:00 – 20:00 12:00 – 14:00	Твирлинг Чирлидинг	8 – 18 лет
2	Барановская Евгения Станиславовна 8 952 161 79 71	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№89», ул. Строителей, 38	ВТ:	18:00 – 19:00	Чирлидинг	До 18 лет
		Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ЧТ:	20:00 – 21:00	Фитнес	От 14 лет и старше
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№87», ул. Курчатова, 14	СР: ПТ: СБ:	16:00 – 17:00 19:00 – 20:30 11:00 – 12:00	Чирлидинг	8-18 лет
3	Берловский Евгений Олегович 8 903 951 09 99	Фитнес зал, спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ПТ: ВС:	09:00 – 11:00 09:00 – 11:00 09:00 – 11:00 11:00 – 13:00	Йога	От 18 лет и старше

4	Войнова Татьяна Николаевна 8 952 800 77 48	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№87», ул. Курчатова, 14	ПН: ВТ: ЧТ: ПТ:	17:00 – 21:00 18:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 19:00	ОФП (силовые и кардиотренировки высокой интенсивности)	25-55 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№90», ул. Горького, 32 (бассейн)	СР:	12:45 – 13:45		
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№84», пр.Коммунистический, 101	ВС:	14:00-16:00		
5	Галанина Яна Геннадьевна 8 953 922 39 22	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№88», пр.Коммунистический, 141	ПН: ПТ:	17:00 – 19:00 16:00 – 18:45	ОФП Волейбол	До 18 лет и старше
6	Гриценко Роман Юрьевич 8 953 920 58 01	Клуб «Воин», 2 этаж, ул. Победы, 37	ВТ: ВТ: ЧТ: ЧТ:	19:00 – 20:00 20:00 – 21:00 19:00 – 20:00 20:00 – 21:00	ОФП Тайский бокс	От 5-7 лет От 9 лет и старше От 5-7 лет От 9 лет и старше
		ул. Калинина, 32, 2 этаж	СБ:	15:00 – 17:00		От 5-7 лет От 9 лет и старше
7	Давыдов Игорь Сергеевич 8 923 401 50 40	Клуб «Авангард – 2», ул. Лесная, 2, подъезд 1	ПН: СР: ПТ:	18:30 – 21:30 18:30 – 21:30 18:30 – 21:30	ОФП Бокс	До 18 лет и старше
8	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

9	Коваленко Александра Валерьевна 8 952 889 23 73	Спортивный зал, МБОУ «Самусьский лицей», п. Самусь ул. Пекарского, 30	ПН: СР: ЧТ: СБ:	21:00 – 22:30 21:00 – 22:30 21:00 – 22:30 11:00 – 14:00	ОФП Волейбол Баскетбол	До 18 лет и старше
10	Козлов Валентин Викторович 8 952 802 57 87	Стадион, с/з «Янтарь», ул. Мира, 33, стр.1	ВС:	15:00 – 16:30	ОФП Футбол	Старше 18 лет
		Спортивный зал «Кедр», микр. Сосновка, ул. Сосновая, 16, стр.2	ВТ: ЧТ:	20:00 – 22:00 20:00 – 22:00		Старше 18 лет
11	Короткова Вера Васильевна 8 923 419 89 10	Спортивный зал, МБОУ «СОШ№88 им.А.Бородина и А.Кочева», пр. Коммунист-й, 141	ПН: ВТ: ПТ:	19:00 – 21:30 19:00 – 21:30 19:00 – 21:30	Волейбол ОФП	Старше 18 лет (люди, входящие в катеорию ОВЗ)
12	Логунов Виталий Александрович 8 962 777 24 55	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ВТ: ЧТ: ПТ:	17:00 – 20:00 17:00 – 20:00 17:00 – 20:00	Военно-патриотическая подготовка	До 18 лет и старше
13	Осколков Роман Николаевич 8 913 106 00 67	Спортивный зал «Кедр», микр. Сосновка, ул. Сосновая, 16, стр.2	ВС:	15:00 – 16:30	Бадминтон ОФП	До 18 лет и старше
		Спортивный зал «Янтарь», ул. Мира, 28	СР: ВС:	19:30 – 21:00 17:00 – 18:30 18:30 – 20:00		До 18 лет и старше
		Спортивный зал, МБОУ «СОШ№90», ул. Горького, 32	СР:	17:30 – 19:00		Дети до 18 лет

14	Почебыт Валерия Евгеньевна 8 913 809 90 47	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ЧТ:	17:00 – 19:00 17:00 – 19:00 19:00 – 21:00	ОФП Тренажерный зал	Старше 18 лет
15	Петренко Вероника Игоревна 8 999 177 57 09	Центр единоборств «Воин» ул. Победы, 37	ВТ: ЧТ: ВС:	10:00 – 12:00 10:00 – 12:00 17:00 – 19:00	Кикбоксинг ОФП	До 18 лет и старше
16	Петроченко Евгения Ориковна 89627801536	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	СР: ПТ: СБ:	18:00 – 20:00 18:00 – 20:00 12:00 – 14:00	Настольный теннис	До 18 лет и старше
		В зависимости от погодных условий: Спортивный центр «Лёд», пр. Коммунистический, 5а или МАУ «Северский природный парк», просп. Коммунистический, 45А (у входа в парк)	ВТ: ЧТ: ВС:	18:30 – 20:00 18:30 – 20:00 11:00 – 12:30	Северная ходьба ОФП	Старше 18 лет
17	Просвирин Виталий Игоревич 8 909 545 18 98	Клуб «Чайка» ул. Советская, 21	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ:	16:30 – 20:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00 16:30 – 21:00	ОФП Футбол Хоккей	До 18 лет и старше
18	Соколовский Анатолий Анатольевич 8 952 155 53 35	МАУ Северский природный парк, просп. Коммунистический, 45А (сцена)	ПН: СР: ПТ:	09:00 – 12:30 09:00 – 12:30 09:00 – 12:30	Северная ходьба ОФП	Старше 18 лет (и люди, входящие в категорию ОВЗ)

		Центр «Лед», просп Коммунистический, 5А	ВТ: ЧТ:	09:00 – 12:30 09:00 – 12:30		
19	Синаевская Галина Владимировна 8 913 864 23 99	Клуб «Вертикаль», ул. Победы, 37	ПН: ВТ: СР: ЧТ: ПТ: ВС:	09:00 – 12:00 12:00 - 13:00 09:00 – 12:00 12:00 - 13:00 09:00 – 12:00 12:00 - 14:00 09:00 – 12:00 12:00 - 13:00 11:00 – 12:00 13:00 - 14:00	Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление ЛФК фитнес Танцевальное направление Танцевальное направление Растяжка Танцевальное направление ЛФК фитнес Восточные танцы Танцевальное направление	30 – 50 лет Любой возраст 30 – 50 лет Любой возраст 30- 50 лет 30 – 50 лет До 18 лет 30 – 50 лет Любой возраст 30- 50 лет До 18 лет
20	Стребков Владимир Александрович 8 913 802 84 40	Клуб «Надежда» ул. Калинина, 87	ВТ: ЧТ: СБ:	15:00 – 17:30 15:00 – 17:30 10:30 – 12:00	Настольный теннис	От 50 лет и старше (и люди, входящие в категорию ОВЗ)
21	Фомин Владимир Александрович 8 953 923 19 03	Спортивный зал, МБОУ «СОШ №197 им. В. Маркелова», ул. Крупской, 14	ПН: ВТ: ЧТ:	17:30 – 20:30 17:30 – 20:30 17:30 – 20:30	ОФП Футбол	9-16 лет

22	Хлебус Александр Леонидович 8 953 912 83 55	Клуб «Дебют» ул. Калинина, 32	СР: ЧТ: СБ: ВС:	17:30 – 21:00 17:30 – 21:00 16:00 – 21:00 16:00 – 21:00	Шахматы Шашки	До 18 лет и старше
23	Шишко Вячеслав Леонидович 8 923 403 25 19	Спортивный центр «Лёд», просп. Коммунистический, 5а	ПН: СР: ПТ: ВС:	17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 17:00 – 21:00 12:00 – 15:00	ОФП Тренажерный зал (пауэрлифтинг)	От 16 лет и старше
24	Щеглов Дмитрий Николаевич 8 923 414 58 30	Спортивный зал, «Орловская СОШ», пос. Орловка, пер. Школьный, 4	ПН: СР: ПТ:	17:30 – 20:00 17:30 – 20:00 17:30 – 20:00	Волейбол	До 18 лет и старше

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

Составил: инструктор-методист Коновалова И.А.

