

Согласовано
 Председатель тренерского совета
 ГБУ города Севастополя
 «СШОР №8»
 _____ А.А.Шихматов
 «__» _____ 2022 г.

Утверждено
 Директор ГБУ города Севастополя
 «СШОР №8»
 _____ Ю.Ф.Бродецкий
 «__» _____ 2022 г.

РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
 ТРЕНЕРА ГБУ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ «СШОР №8» с 01.06.2022 г.

ОТДЕЛЕНИЕ БОКСА

		Этапы подготовки	№ группы	Численность группы	Дни и часы занятий						Кол-во часов	
					ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ		ВС
<i>ГОРОЦАК И.Д.</i>	БОКС	СОГ	1	10			09-00/10-30		09-00/10-30	09-00/10-30	4,5	
							1ч 30мин		1ч 30мин	1ч 30мин		
							С. Верхнесадовое СОШ №52		С. Верхнесадовое СОШ №52	С. Верхнесадовое СОШ №52		
		СОГ	2	10			09-00/10-30		09-00/10-30	09-00/10-30	4,5	
							1ч 30мин		1ч 30мин	1ч 30мин		
							С. Верхнесадовое СОШ №52		С. Верхнесадовое СОШ №52	С. Верхнесадовое СОШ №52		
		СОГ	3	10			11-00/12-30		11-00/12-30	11-00/12-30	4,5	
							1ч 30мин		1ч 30мин	1ч 30мин		
							Зал бокса/тренаж-кардио зал		Зал бокса/тренаж-кардио зал	Зал бокса/тренаж-кардио зал		
		НП-1		10		09-00/10-30		09-00/10-30		11-00/12-30	4,5	
						1ч 30мин		1ч 30мин		1ч 30мин		
						Зал бокса/тренаж-кардио зал		Зал бокса/тренаж-кардио зал		Зал бокса/тренаж-кардио зал		
НП-2		10			10-30/12-30		10-30/12-30	12-00/14-00	6			
				2ч		2ч		2ч				
				Зал бокса/тренаж-кардио зал		Зал бокса/тренаж-кардио зал		Зал бокса/тренаж-кардио зал				
ТСС-2		8		12-30/20-00	12-30/15-00	12-30/15-00	12-30/15-00	14-00/16-00	12			
				2ч 30мин	2ч 30мин	2ч 30мин	2ч 30мин	2ч				
				Зал бокса/тренаж-кардио зал	Зал бокса/тренаж-кардио зал	Зал бокса/тренаж-кардио зал	Зал бокса/тренаж-кардио зал	Зал бокса/тренаж-кардио зал				

Заместитель директора по СМР

Л.М.Неманихина

Тренер

И.Д. Гороцак