

Утверждено
 Директор ГБУ ДО города Севастополя
 «СШОР №8»
 Ю.Ф. Бродецкий
 « » 2024 г.



**РАСПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
 ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ГБУ ДО ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
 «СШОР №8» с 09.01.2024 г.**

ОТДЕЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ (ВОЛЬНАЯ) адрес проведения УТЗ: А. Оношко, 48-а

№	ФИО тренера	Спортивная программа	Этапы подготовки	№ группы	Численность группы	Дни и часы занятий							Кол-во часов
						Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	ВС	
1	ГУТНИКОВ Ю.В.	Спортивная борьба	НП-3,4	Михнева К.Г.-бригада	6+4	15-30/17-30	15-30/17-30	15-30/17-30	15-30/16-30				7(3)
						2ч	2ч	2ч	1ч				
						спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал				
						9-30/11-30	9-30/11-30	9-30/11-30	9-30/11-30				
		Вольная борьба	ВСМ ССМ-2		1+4	17.45/19-45	17.45/19-45	17.45/19-45	17.45/19-45	17.45/19-45			20
						2ч	2ч	2ч	2ч	2ч			
						спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал	спортзал/площадка/тренажерный зал			
						9-30/11-30	9-30/11-30	9-30/11-30	9-30/11-30	9-30/11-30			
2		Общая нагрузка тренировочных занятий тренера в астрономических часах	Общая нагрузка тренера в часах (в неделю)							27			
			Методическая работа										

Заместитель директора по СМР **Л. М. Неманихина**
 Тренер-преподаватель **Ю.В. Гутников**