

**Расписание работы групповых секций студенческого спортивного клуба МЦХШ при РАХ
на 2023-2024 учебный год**

БАСЕЙН									
ГРУППА	ОПИСАНИЕ	ТРЕНЕР	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
РЫБКИ	Начальная ступень обучения техническому плаванию через игровую форму. Задача познакомить ребёнка с плаванием и привить желание заниматься спортом.	ПН СР ПТ – Шух Ирина Александровна, Колпакова Марина Алексеевна/ ВТ ЧТ СБ – Боева Юлия Евгеньевна, Гудова Анастасия Александровна	17:00 – 18:00 Шух Ирина Александровна		17:00 – 18:00 Колпакова Марина Алексеевна		17:00 – 18:00 Колпакова Марина Алексеевна	10:00 – 11:00 Боева Юлия Евгеньевна 17:00 – 18:00 Боева Юлия Евгеньевна	17:00 – 18:00 Боева Юлия Евгеньевна/ Шух Ирина Александровна
АКУЛЫ	Основной акцент на совершенствование у подростков выносливости и силы.	ПН СР ПТ – Шух Ирина Александровна, Колпакова Марина Алексеевна/ ВТ ЧТ СБ – Боева Юлия Евгеньевна, Гудова Анастасия Александровна		20:00 – 21:00 Гудова Анастасия Александровна	19:00 – 20:00 Шух Ирина Александровна	20:00 – 21:00 Гудова Анастасия Александровна		11:00 – 12:00 Гудова Анастасия Александровна	11:00 – 12:00 Гудова Анастасия Александровна/ Колпакова Марина Алексеевна
КАСАТКИ	Старшая группа, ученики, которые плывут по разрядному времени и хотят улучшить свой действующий разряд.	ПН СР ПТ – Шух Ирина Александровна, Колпакова Марина Алексеевна/ ВТ ЧТ СБ – Боева Юлия Евгеньевна, Гудова Анастасия Александровна						16:00 – 17:00 Боева Юлия Евгеньевна	15:00 – 16:00 Боева Юлия Евгеньевна/ Шух Ирина Александровна

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

ГРУППА	ОПИСАНИЕ	ТРЕНЕР	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
МИНИ-ФУТБОЛ	Общие специальные физическая подготовка. Техника и тактика игры. Контрольные игры.	ПН СР ПТ- Малькевич Владимир Афанасьевич/ВТ ЧТ СБ Щербак Сергей Петрович	17:00-18:00 Малькевич Владимир Афанасьевич		17:00-18:00 Малькевич Владимир Афанасьевич			17:00-18:00 Щербак Сергей Петрович	15:00-16:00 Малькевич Владимир Афанасьевич/ Щербак Сергей Петрович
БАСКЕТБОЛ	Общие специальные физическая подготовка. Основа техники и тактики игры. Контрольные игры и соревнования, разбор игр.	ПН СР ПТ- Малькевич Владимир Афанасьевич/ВТ ЧТ СБ Щербак Сергей Петрович		16:00-17:00 Щербак Сергей Петрович				14:00-15:00 Щербак Сергей Петрович	10:00-11:00 Малькевич Владимир Афанасьевич/ Щербак Сергей Петрович
БАСКЕТБОЛ	Общие специальные физическая подготовка. Основа техники и тактики игры. Контрольные игры и соревнования, разбор игр.	ПН СР ПТ- Малькевич Владимир Афанасьевич/ВТ ЧТ СБ Щербак Сергей Петрович		18:00-19:00 Щербак Сергей Петрович		20:00-21:00 Щербак Сергей Петрович		20:00-21:00 Щербак Сергей Петрович	14:00-15:00 Малькевич Владимир Афанасьевич/ Щербак Сергей Петрович
НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	Общие специальные физическая подготовка. Техника и тактика игры. Контрольные игры.	ПН СР ПТ- Малькевич Владимир Афанасьевич/ВТ ЧТ СБ Щербак Сергей Петрович			16:00-17:00 Малькевич Владимир Афанасьевич			16:00-17:00 Щербак Сергей Петрович	11:00-12:00 Малькевич Владимир Афанасьевич/ Щербак Сергей Петрович

ЕДИНОБОРСТВА									
КАРАТЭ	Общие специальная физическая подготовка. Изучения базовой техники каратэ. Изучения продвинутой техники каратэ. Участие в семинарах. Аттестация на цветные пояса.	ПН СР ПТ Апарин Виктор Юрьевич	20:00-21:30		20:00-21:30		20:00-21:30		
АЭРОБИКА									
ФИТНЕС АЭРОБИК А	Общие специальная физическая подготовка.	ПН СР ПТ Макарова Наталья Николаевна	19:00-20:00		19:00-20:00		19:00-20:00		