

**Расписание занятий спортивных групп и групп ОФП
по муниципальному заданию
МАУ ДО «СШОР по самбо и дзюдо «ВИТЯЗЬ» имени И.И.Пономарева» г. Перми
(с 9 января 2026 г.)**

Ф.И.О. Тренера	Группа/ Минимальная педнагрузка в академических часах (в мин.) по группам	Понедель- ник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Примечание (место занятий и пр.)
отделение самбо								
Порядин Николай Алексеевич (высшая категория)	Т-1 8 ч. (360 мин)	09.00-10.30		09.00-10.30	09.00-10.30	09.00-10.30		«Витязь» Карпинского 100а
	НП-1 5 ч. (225 мин)	10.30-11.45		10.30-11.45		10.30-11.45		
	НП-2 6 ч. (270 мин)	14.30-16.00		14.30-16.00		14.30-16.00		
	ТЗ 10 ч. (450 мин)	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30		
	ССМ 18 ч. (810 мин)	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00		
Журавлева Татьяна Анатольевна (высшая категория) МСМК	Т-1 8 ч. (360 мин)	09.00-10.30	09.00-10.30		09.00-10.30		14.30-16.00	«Витязь» Карпинского 100а
	НП-1 5 ч. (225 мин)	10.30-11.45	10.30-11.45		10.30-11.45			
	ТЗ 10 ч. (450 мин)	18.00-20.00		18.00-20.00		18.00-20.00	16.00-17.30	
Маурин Виталий Станиславович совмещенные тренировки	ВСМ 22ч. (990мин)	17.30-20.00	17.30-20.00	17.30-20.00	17.30-20.00	17.30-20.00	17.30-20.00	«Витязь» Карпинского 100а, по согласованию Декабристов 37
	ССМ 18 ч. (810 мин)	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	
Петухов Василий Викторович МС	Т-3 10 ч. (450 мин)	08.00-10.30		08.00-10.30	08.00-10.30			«Витязь» Декабристов 37
	Т-2 8 ч. (360 мин)	14.30-16.30		14.30-16.30	14.30-16.30			
	ССМ 18 ч. (810 мин)	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	17.45-20.00	
Гарипов Николай Тальгатович	НП-2 6 ч. (270 мин)		18.30-20.00		18.30-20.00		18.00-19.30	«Витязь» Карпинского 100 а
Сырвачев Александр Андреевич	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)	14.00-15.15	14.00-15.15		14.00-15.15			СОШ 136 (ул. Милиционера Власова 37) и (или) по согласованию зал «Витязь» Карпинского 100 а.
	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)	13.00-14.00		13.00-14.00		13.00-14.55		
Ганнцев Сергей Валерьевич	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)		16.30-17.45		16.30-17.45		11.00-12.15	Спортивный зал МАОУ СОШ «Приоритет» (по сетевому договору)
	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)	19.10-20.25		19.10-20.25		19.10-20.25		
Смирнов Владимир Иванович	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)		14.00-15.10		14.00-15.03			Спортивный зал МАОУ СОШ «Ступени» (по сетевому договору)
	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)		15.10-17.00		15.10-17.05			
Федосеева Елена Владиславовна (высшая категория)	НП-2 6 ч. (270 мин)	16.00-17.30		16.00-17.30		16.00-17.30		«Витязь» Карпинского 100 а
Лемский Станислав Александрович	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)	08.00-09.15		08.00-09.15		08.00-09.15		Спортивный зал МАОУ Лицей № 5 г. Перми (по сетевому договору)
	НП-1 5 ч. (225 мин) (демо)	17.00-18.15		17.00-18.15		17.00-18.15		

отделение дзюдо								
Ф.И.О. тренера	группа	Понедель- ник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Примечание (адрес и т.д.)
Закиров Рафис Мирзязинович высшая категория ЗТР	Т-3 10 ч.(450 мин)	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30		«Витязь» Карпинского 100а
	Т-3 10 ч.(450 мин)	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00		
	НП-1 5 ч. (225 мин)	14.00-15.15		14.00-15.15		14.00-15.15		
	Т-3 10 ч.(450 мин)	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00		
	ВСМ 24 ч. (1080 мин)	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	15.00-18.00	
Низамова Венера Альбертовна высшая категория	Т-3 10 ч.(450 мин).	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30		
	Т-1 10 ч.(450 мин).	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00		
	Т-1 10 ч.(450 мин).	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00		
	ССМ 20 ч.(900 мин)	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00		
Грачев Александр Сергеевич высшая категория	Т-1 10 ч.(450 мин).	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30		
	Т-1 10 ч.(450 мин).	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00	09.30-11.00		
	Т-3 10 ч.(450 мин)	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00	15.30-17.00		
	ССМ 20 ч.(900 мин)	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00		
Капустина Надежда Алексеевна	НП-1 5 ч. (225 мин)		09.00-10.15		09.00-10.15	09.00-10.15		«Витязь» Декабристов 37
	НП-1 5 ч. (225 мин)		16.30-17.45		16.30-17.45	16.30-17.45		
Педагогическая нагрузка рассчитывается в академических часах (1 час -45 мин). В соответствии дополнительной программой спортивной подготовки по самбо МАУ ДО «СШОР по самбо и дзюдо «Витязь» имени И.И.Пономарева» г. Перми для спортсменов групп ВСМ предусмотрены индивидуальные ежедневные тренировочные нагрузки (утренние тренировки) по индивидуальным планам для выполнения нормативов и требований Федерального стандарта по виду спорта самбо (Пн.-Сб.:07.00-07.20)								

отделение ОФП								
Ф.И.О. тренера	группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Примечание (адрес и т.д.)
Фролова Ирина Геннадьевна	ОФП 1 3 ч. (180 мин.)	14.30-15.30	14.30-15.30		14.30-15.30			Спортивный зал МАОУ СОШ «Ступени» (по сетевому договору)
	ОФП 2 3 ч. (180 мин.)	15.30-16.30	15.30-16.30		15.30-16.30			