**Расписание учебно-тренировочных занятий отделения лёгкой атлетики (АФК)**

**на 2024-2025 уч. год**

**Тренер-преподаватель: Чабдарова А.И.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И.О.**  **тренера** | **Часы** | **Группа** | **Дни недели** | | | | | | |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |
| **Чабдарова Анастасия Ильинична** | **5** | **СО** | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  15.00-16.30 |  | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  15.15-16.45 |  |  |  |  |
| **6** | **НП-1** | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  16.30-18.00 |  | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  16.45-18.15 | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  17.00-18.30 |  |  |  |
| **12** | **УТ-3** | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  18.00-19.30 |  | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  18.15-20.30 | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  18.30-20.00 | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  17.00-18.30 |  | Кроссовая подготовка или сор. день  12.00-14.15 |

**Тренер-преподаватель: Юдина Е.И.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И.О.**  **тренера** | **Часы** | **Группа** | **Дни недели** | | | | | | |
| **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** | **Воскресенье** |
| **Юдина Екатерина Игоревна** | **6** | **НП-1** |  | Стадион  «ЦФКСиЗ» (лыжи) или Тренажерный зал  15.30-17.00 |  |  | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  15.30-17.00 | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  11.00-12.30 |  |
| **6** | **НП-3** | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  15.30-17.00 |  |  | Зал ОФП  или стадион  «ЦФКСиЗ»  15.30-17.00 |  | Тренажерный зал  или стадион  «ЦФКСиЗ»  12.30-14.00 |  |