

УТВЕРЖДАЮ

директор МАУ ДО БДЮСШ
МР Бакалинский район РБ
Алчинов Ю.М.
сентябрь 2025г.

РАСПИСАНИЕ

занятий Бакалинской ДЮСШ в физкультурно-оздоровительном комплексе «Олимп» и бассейне «Дельфин» на 2025-2026 учебный год.

№	Вид спорта	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Место проведения	Группа занимающихся	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Кол-во часов в неделю
1.	Волейбол (юноши)	Санников С.С.	Спортзал ФОК	н/п -1 н/п-2 УТГ -1	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 17.40-19.10	-----	-----	6 6 12
2	Волейбол (девушки)	Хафизов И.Я.	Спортзал ФОК	н/п -1 н/п-2 УТГ -1	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 17.40-19.10	-----	-----	6 6 12
3	Нац.борьба	Муллагалиев И.Ф.	Спортзал ФОК	н/п -1 н/п-2 УТГ -1	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 ----- 17.40-19.55	----- 16.00-17.30 17.40-19.55	16.00-17.30 17.40-19.10	-----	-----	6 6 12
4	Гири	Сякаев С.А. (сентябрь)	Гиревой зал 3 этаж	УТГ	16.30-18.00-18.45	16.30-18.00-18.45	16.30-18.00-18.45	16.30-18.00-18.45	16.30-18.00-18.45	11.00-12.30-12.30-13.15	-----	18
5	Наст.теннис	Каштанов А.В.	Теннисный зал ФОКа	УТГ	16.30-18.45	-----	16.30-18.45	-----	16.30-18.45	12.00-14.15	-----	12
6	Наст.теннис ФОК	Каштанов С.А. (октябрь-апрель)	Теннисный зал ФОКа	НП-1 НП-2	-----	15.30-17.00 17.10-18.40	-----	15.30-17.00 17.10-18.40	-----	----- 11.00-11.45	-----	4 5
7	Гимнастика	Сулейманова Э.Т.	Зал бассейна	н/п -1 н/п -2	-----	14.45-16.15 16.25-17.55	-----	14.45-16.15 16.25-17.55	-----	-----	-----	4 4
8	Армрестлинг Катаевская СОШ	Галин Д.Д. (октябрь-апрель)	Катаевская СОШ	н/п	18.00-19.30	-----	18.00-19.30	-----	18.00-19.30	-----	-----	6

9	Бокс	Рыцев И.Ф.	Спортзал ФОК	УТГ-1 УТГ-2	17.00-18.30 18.40-20.55	17.00-18.30 18.40-20.55	17.00-18.30 18.40-20.55	17.00-18.30 18.40-20.55	17.00-18.30 18.40-20.10			10 14
10	Плавание	Павлов А.А.	Бассейн «Дельфин»	Н/П Н/П Н/П	15.00-16.30 16.40-18.10 ----- 18.20-19.05	15.00-16.30 16.40-18.10 ----- 18.20-19.05	15.00-16.30 16.40-18.10 ----- 18.20-19.05	15.00-16.30 16.40-18.10 ----- 18.20-19.05	15.00-16.30 16.40-18.10 ----- 18.20-19.05	10.00-11.30 ----- ----- -----		24
11	Плавание	Сулейманова Э.Т.	Бассейн «Дельфин»	Н/П	13.30-15.00 15.10-16.40 16.50-18.20	----- ----- -----	13.30-15.00 15.10-16.40 16.50-18.20	----- ----- -----	----- 15.00-16.30 16.40-18.10 -----	----- ----- -----		4 6 6
12	Волейбол	Ибрагимов Р.А.	Куручевская СОШ	Н/П	17.00-18.30	-----	17.00-18.30	-----	17.00-18.30	-----		6
13	ОФП	Андреев В.Ю.	Спортзал ФОК	н/п-1	14.30-16.00	-----	14.30-16.00	-----	14.30-15.15	-----		6
14	Волейбол (см. группа).	Алчинов Ю.М.	Спортзал ФОК	УТГ	18.00-20.15	-----	18.00-20.15	-----	18.00-20.15	-----		9
15	Лыжные гонки	Азаматов Н.Г. (октябрь- апрель)	Лыжная трасса (биатлон)	УТГ	-----	16.30-18.00 18.10-18.55	16.30-18.00 18.10-18.55	-----	16.30-18.00 18.10-18.55	16.30-18.00 18.10-18.55		12
16	Лыжные гонки	Батраев Ю.Н. (октябрь- апрель)	Староматин ская СОШ Спортзал ФОК	н/п -1 н/п -2	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-17.30	16.00-16.45	-----		5 4
17	Хоккей	Нагимов Р.У. (ноябрь- апрель)	Хоккейная коробка	н/п-1	16.00-18.15	-----	16.00-18.15	-----	16.00-18.15	-----		9
18	Лыжные гонки	Денисов Ю.М.	Большой стадион	н/п-1	16.00-17.30	-----	16.00-17.30	-----	16.00-17.30	-----		6

1. В связи с предстоящими соревнованиями, изменениями в школьном расписании или непредвиденными климатическими погодными условиями, по усмотрению тренеров-преподавателей, место и интенсивность тренировочных занятий может быть изменено.
2. Общегодовой объем учебно-тренировочной нагрузки, предусмотренный указанными режимами нагрузки, начиная с УТГ свыше двух лет может быть сокращен не более чем на 25%.
3. В общегодовой объем учебно-тренировочной нагрузки включается время: проведения и участия в соревнованиях, судейская практика, медицинский контроль, учебно-тренировочные сборы (не более 6 часов на 1 день соревнований).