

Директор МАУ ДО
«СОК «ЖемчужинаА.П.
А.П.Столяров

31.08.2026г.

Расписание учебных занятий

тренеров-преподавателей, осуществляющих педагогическую деятельность по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам с обучающимися Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивно-оздоровительный комплекс «Жемчужина» на 2026-27 учебный год

Название общеразвивающих программ	Группы	Понедел.	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскр.
Понедельник – пятница - 08.30-14.00 уроки СОШ №1, Звениговский лицей (муниципальное задание)								
	(СОГ-1) 6-7-8 лет		17.00-18.30		17.00-18.30			
Мини-футбол Степанян Г.С. (спортзал)	8-9- лет (СОГ -2)		15.00-16.30		15.00-16.30			
	10-11 лет (СОГ-3)		19.00-20.30		19.00-20.30			
	12-13 лет (СОГ-4)	17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30		
	14 и старше (СОГ-5)	19.00-20.30		19.00-20.30		19.00-20.30		
	8-9-10 лет (д.)	15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30		
Плавание Начальное обучение Голомысов А.В. (бассейн малая чаша)	Плавание (начальное обучение) 7-10 лет	15.30-17.00 14.00-15.30		15.30-17.00 14.00- 15.30				
Плавание Назарова Г.А. (бассейн - большая чаша)	СОГ 3 12-14 лет	16.05-17.05	16.05-17.05		16.05-17.05	16.05-17.05		

	СОГ 4 14-16 лет	*17.10-18.40*	*17.10-18.40*		*17.10-18.40*	*17.10-18.40*		
Плавание *Начальное обучение* *Назарова Г.А.* *(бассейн – малая и большая чаша)*	*Дети 7-17* *Индивид.*			*16.00-17.00*				
	СОГ 1 7-12 лет	*15.00-16.00*	*15.00-16.00*		*15.00-16.00*	*15.00-16.00*		
Плавание *Николаев И.В.* *(бассейн - большая чаша)*	**Женщины 35+**		*9.00-10.00 дети 18.30-19.30 Трен.зал 19.30-20.30 бассейн*		*9.00-10.00 дети 18.30-19.30 Трен.зал 19.30-20.30 бассейн*		*С 9.00-17.00*	*С 9.00-17.00*
Плавание *Начальное обучение* *Николаев И.В.*	**СОГ-1 6 - 9 лет**						*10.30-12.45*	*10.30-12.45*
	СОГ-2 10-16 лет						*15.00-17.15*	*15.00-17.15*
Каратэ *Щербаков А.Н.* *(Зал силовой подготовки)*	**7-17лет** *стартовый*	*15.00-16.30 16.35-18.05*		*15.00-16.30 16.35-18.05*		*15.00-16.30 16.35-18.05*		
	7-17лет *базовый*		*16.00-18.15*		*16.00-18.15*			
Фитнес *Мылкова Т.С.* *(Зал аэробики)*	*Фитнес-йога*	*17.50-19.00*		*17.50-19.00*		*17.50-19.00 пилатес*		
	Степ-аэробика		*17.50-18.50*		*17.50-18.50*			
	Зумба-фитнес	*19.15-20.10*	*19.15-20.10 пилатес*	*19.15-20.10*		*19.15-20.10 табата 17.50-19.00 для новичков*		
Мылкова Т.С. *(Зал аэробики)*	*Здоровая спина*				*19.15-20.10*			

Мылкова Т.С. (Зал аэробики)	Детская гимнастика оздоровительная		16.00-17.00		16.00-17.00			
Пауэрлифтинг ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ	10-18 лет	16.00-18.30		16.00-18.30		16.00-18.30		
Тхэквондо Крайнова Е. М. (Зал силовой подготовки)	7-17 лет углубленный	17.00-18.30 18.35-20.00 Зал с/подг.	17.00-18.30 Зал.с/подг.	17.00-18.30 Зал с/подг.	17.00-18.30 Зал сух.пл.	17.00-18.30 18.35-20.05 Зал с/подг.		
Оздоровительная гимнастика Уницаева Е.А. Зал силовой подготовки	6-8 лет		17.10-18.40		17.10-18.40			
	9-10 лет	15.00-16.30		15.00-16.30		15.00-16.30 (бассейн малая чаша)		
Плавание Уницаева Е.А. (бассейн малая чаша)	Плавание (начальное обучение) 6-8 лет		15.00-16.00		15.00-16.00			
	Дети 6-10 Индивид. (начальное обучение плаванию)	14.00-15.00	15.00-16.00	14.00-15.00	15.00-16.00			