

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО КК СШОР

Центр спортивных единоборств

«Рубеж»



С.С. Хандожко

2024 г.

РАСПИСАНИЕ

**учебно-тренировочных занятий на 2025 год
по состоянию на «01» января 2025 года**

№ п/п	Этап спортивной подготовки, год обучения	Количество часов в неделю (астроном. час)	Расписание по дням недели							Место проведения учебно-тренировочного занятия
			понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
ДЗЮДО										
Тренер-преподаватель – Годовников Юрий Александрович										
1	НП-3 (16 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	НП-4 (11 чел.)	8	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
3	УТЭ-2 (6 чел.)	10	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
4	УТЭ-3 (8 чел.)	14	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 17.30-18.00 17.30-18.00 18.00-18.30 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.00-17.30 17.00-17.30 17.00-17.30 17.30-18.00 17.30-18.00 17.30-18.00 18.00-18.30 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)			

9	ВСМ (2 чел.)	24	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	07.30-08.00 08.00-08.30 (1) 10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 12.00-12.30 12.30-13.00 (3)		
Тренер-преподаватель – Комова Наталия Владимировна										
1	НП-1 (22 чел.)	4,5	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	НП-2 (19 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
3	НП-3 (16 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
4	НП-4 (14 чел.)	8	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
5	УТЭ-1 (6 чел.)	10	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)			
6	УТЭ-3 (6 чел.)	14	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (2)	08.30-09.00 09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 (3)			

7	ССМ до года (2 чел.)	20	08.30-09.00 09.00-09.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)	08.30-09.00 09.00-09.30 (1) 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (3)			
Тренер-преподаватель – Тараненко Никита Николаевич										
1	НП-1 (17 чел.)	4,5	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)		16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)		16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 84Б
2	НП-1.1 (18 чел.)	4,5		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 (1,5)		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 (1,5)		09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (1,5)		
3	НП-2 (20 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 (1,5)	10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 (1,5)		
4	НП-2.1 (20 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			
5	НП-3 (11 чел.)	6	17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)			
6	НП-4 (13 чел.)	8	17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)		17.30-18.00 18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 (2)	12.00-12.30 12.30-13.00 13.00-13.30 13.30-14.00 (2)		

САМБО

Инструктор по спорту – Рудин Евгений Евгеньевич

1	СОР-1 (20 чел.)	4,5	19.00-20.30 (1,5)		19.00-20.30 (1,5)		19.00-20.30 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	СОР-2 (20 чел.)	4,5		15.30-17.00 (1,5)		15.30-17.00 (1,5)		11.00-12.30 (1,5)		
3	СОР-3 (15 чел.)	3,5		17.00-18.00 (1)		17.00-18.00 (1)		11.00-12.30 (1,5)		
4	СОР-4 (15 чел.)	4		18.00-20.00 (2)		18.00-20.00 (2)				

Инструктор по спорту – Нетяженко Артем Алексеевич

1	СОР-1 (20 чел.)	4,5	18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	СОР-2 (20 чел.)	4,5		18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)		11.00-12.30 (1,5)		
3	СОР-3 (15 чел.)	4,5			15.00-16.30 (1,5)		15.00-16.30 (1,5)	13.00-14.30 (1,5)		
4	СОР-4 (15 чел.)	4,5			15.00-16.30 (1,5)		15.00-16.30 (1,5)	13.00-14.30 (1,5)		

Инструктор по спорту – Тараненко Никита Николаевич

1	СОР-1 (22 чел.)	3		19.00-20.00 (1)		19.00-20.00 (1)		09.00-10.00 (1)		ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
---	----------------------------	---	--	--------------------	--	--------------------	--	--------------------	--	--

Инструктор по спорту – Ракитина Татьяна Романовна

1	СОР-1 (20 чел.)	3	16.00-17.30 (1,5)		16.00-17.30 (1,5)		16.00-17.30 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 84Б
2	СОР-2 (20 чел.)	3		16.00-17.00 (1)		16.00-17.00 (1)		11.00-12.00 (1)		
3	СОР-3 (10 чел.)			17.00-18.00 (1)		17.00-18.00 (1)		11.00-12.00 (1)		

Инструктор по спорту – Любимов Кирилл Сергеевич

1	СОР-1 (20 чел.)	4,5		09.00-10.30 (1,5)		09.00-10.30 (1,5)		09.00-10.30 (1,5)		СК «Стань чемпионом», г. Краснодар, ул. Зиповская, 70
2	СОР-2 (20 чел.)	4,5		16.30-18.00 (1,5)		16.30-18.00 (1,5)		14.00-15.30 (1,5)		
3	СОР-3 (20 чел.)	4,5		18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)		16.00-17.30 (1,5)		

Инструктор по спорту – Хатхоху Байзет Заурбиевич										
1	СОР-1 (20 чел.)	6	08.30-10.30 (2)		08.30-10.30 (2)		08.30-10.30 (2)			Дом спорта «Динамо», г. Краснодар, ул. Красная, 192
2	СОР-2 (20 чел.)	6	14.30-16.30 (2)		14.30-16.30 (2)		14.30-16.30 (2)			
3	СОР-3 (20 чел.)	6		08.30-10.30 (2)		08.30-10.30 (2)		08.30-10.30 (2)		
4	СОР-4 (20 чел.)	6		14.30-16.30 (2)		14.30-16.30 (2)		14.00-16.00 (2)		

РУКОПАШНЫЙ БОЙ

Тренер-преподаватель – Качкин Александр Александрович										
1	НП-2 (12 чел.)	6	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)		16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (1,5)	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 84Б
2	УТЭ-3 (11 чел.)	12	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 20.30-21.00 21.00-21.30 (2,5)	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 20.30-21.00 21.00-21.30 (2,5)	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 20.30-21.00 21.00-21.30 (2,5)	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 20.30-21.00 21.00-21.30 (2,5)	19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 20.30-21.00 21.00-21.30 (2)			

Инструктор по спорту – Качкин Александр Александрович

1	СОР (20 чел.)	4,5	17.30-19.00 (1,5)		17.30-19.00 (1,5)		17.30-19.00 (1,5)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 84Б
---	--------------------------	-----	----------------------	--	----------------------	--	----------------------	--	--	--

Инструктор по спорту – Антоненко Андрей Николаевич

1	СОР-1 (20 чел.)	4,5	09.00-10.30 (1,5)		09.00-10.30 (1,5)		09.00-10.30 (1,5)			СК «Стань чемпионом», г. Краснодар, ул. Зиповская, 70
2	СОР-2 (20 чел.)	4,5	16.30-18.00 (1,5)		16.30-18.00 (1,5)		16.30-18.00 (1,5)			
3	СОР-3 (20 чел.)	4,5	18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)		18.30-20.00 (1,5)			

СМЕШАННОЕ БОЕВОЕ ЕДИНОБОРСТВО (ММА)

Тренер-преподаватель – Кашлев Егор Борисович

1	НП-1 (23 чел.)	4,5	09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (1,5)		09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (1,5)		09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 (1,5)			
---	---------------------------	-----	--	--	--	--	--	--	--	--

2	НП-2 (14 чел.)	6	14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)		14.30-15.00 15.00-15.30 15.30-16.00 16.00-16.30 (2)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
3	НП-2.1 (14 чел.)	6	18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (2)		18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (2)		18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (2)			
4	НП-3 (12 чел.)	6		18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (2)		18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 20.00-20.30 (2)		09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00 (2)		
5	УТЭ-3 (10 чел.)	10	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)	16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 18.00-18.30 (2)			

БОКС

Тренер-преподаватель – Чубаров Евгений Владимирович

1	НП-3 (19 чел.)	8	10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 (2)		10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 (2)	10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 (2)	10.00-10.30 10.30-11.00 11.00-11.30 11.30-12.00 (2)			ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	НП-3.1 (19 чел.)	8	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 (2)	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 (2)	16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 (2)		16.00-16.30 16.30-17.00 17.00-17.30 17.30-18.00 (2)			
3	УТЭ-1 (12 чел.)	10	18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 (2)	18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 (2)	18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 (2)	18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 (2)	18.00-18.30 18.30-19.00 19.00-19.30 19.30-20.00 (2)			

Инструктор по спорту – Марцен Алексей Валерьевич

1	СОР-1 (20 чел.)	3		10.00-11.00 (1)		10.00-11.00 (1)		09.00-10.00 (1)		ГБУ ДО КК СШОР «ЦСЕ «Рубеж», ст. Динская, ул. Революционная, 105
2	СОР-2 (20 чел.)	5	15.30-17.00 (1,5)		15.30-17.00 (1,5)		15.30-17.30 (2)			
3	СОР-3 (20 чел.)	5		15.30-17.00 (1,5)		15.30-17.00 (1,5)		10.00-12.00 (2)		