

Муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 3
(МБУ СШОР № 3)



**Расписание учебно – тренировочных занятий на 2023 год отделения АФКиС
(плавание спорт глухих)**

тренера высшей квалификационной категории Козлова Владимира Владимировича

01.01.2023г.

Место проведения учебно-тренировочных занятий:
г. Смоленск, пр. Гагарина, 23А – бассейн ФГБОУ ВО «СГУС»

Этапы подготовки	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
Высшего спортивного мастерства 24 ч/нед.	7.30-10.00 15.00-17.30	8.00-10.00 15.00-17.30	7.30-10.00	8.00-10.00 15.00-17.30	7.30-10.00 15.00-17.30	7.30-10.00	выходной
Совершенствования спортивного мастерства 18 ч/нед.	8.00-9.30 15.30-17.30	8.00-9.30 15.30-17.30	8.00-10.00	8.00-9.30 15.30-17.30	8.00-9.30 15.30-17.30	8.00-10.00	
Учебно-тренировочный этап 5 года 14 ч/нед.	17.30-19.30	17.30-20.00	17.30-19.30	17.30-20.00	17.30-19.30	15.00-18.00	

Муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 3
(МБУ СШОР № 3)



**Расписание учебно – тренировочных занятий на 2023 год отделения АФКиС
(плавание спорт глухих)**

тренера высшей квалификационной категории Мудряк Ольги Анатольевны

01.01.2023г.

Место проведения учебно-тренировочных занятий:

г. Смоленск, ул. Кутузова, д. 2г – бассейн СМУП «Плавательный бассейн «Дельфин»

г. Смоленск, пр. Гагарина, 23А – бассейн ФГБОУ ВО «СГУС»

Этапы подготовки	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
Учебно-тренировочный этап 1 года 12 ч/нед.	15.00-18.00 «Дельфин»	15.00-18.00 «СГУС»	15.00-18.00 «Дельфин»		15.00-18.00 «Дельфин»		ВЫХОДНОЙ
Начальной подготовки 2 года 6 ч/нед.	13.00-15.00 «Дельфин»		13.00-15.00 «Дельфин»		13.00-15.00 «Дельфин»		
Спортивно-оздоровительная группа 4ч/нед.		15.00-17.00 «СГУС»		15.00-17.00 «СГУС»			

Муниципальное бюджетное учреждение спортивная школа олимпийского резерва № 3
(МБУ СШОР № 3)



**Расписание учебно – тренировочных занятий на 2023 год отделения АФКиС
(плавание спорт глухих)**

тренера второй квалификационной категории Махненко Сергея Сергеевича

01.01.2023г.

Место проведения учебно-тренировочных занятий:

г. Смоленск, ул. Кутузова, д. 2г – бассейн СМУП «Плавательный бассейн «Дельфин»

Этапы подготовки	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
Спортивно-оздоровительная группа 4ч/нед.	13.00-15.00		16.00-18.00				ВЫХОДНОЙ
Спортивно-оздоровительная группа 4ч/нед.	13.00-15.00		16.00-18.00				
Спортивно-оздоровительная группа 4ч/нед.		13.00-15.00		13.00-15.00			