

**Расписание
работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп ФОК/ССОК
ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы» Москомспорта
в рамках выполнения государственного задания на май 2017 г.**

№ ПП	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий	Время проведения занятий						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вск.
ССОК «Новое поколение «Вешняки» (01 и 09 мая - не работает)										
1.	Атлетическая гимнастика Коваленко А.В.	От 14 лет и взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б		09.00- 10.30		09.00- 10.30			
2.					10.30- 12.00		10.30- 12.00			
3.					12.00- 13.30		12.00- 13.30			
4.					15.30- 17.00		15.30- 17.00			
5.		14 – 56 лет ФССП			18.00- 19.00		18.00- 19.00			18.00- 19.00
6.	Атлетическая гимнастика Нечаев И.Л.	От 14 лет и взрослые		09.00- 10.30		09.00- 10.30				
7.				10.30- 12.00		10.30- 12.00				
8.				12.00- 13.30		12.00- 13.30				
9.		Взрослые УСЗН		15.30- 17.00		15.30- 17.00				
10.	ОФП с элементами дыхательной гимнастики Акиньшин В.Т.	Взрослые		08.30- 10.00		08.30- 10.00				
11.				10.00- 11.30		10.00- 11.30				
12.				11.30- 13.00		11.30- 13.00				
13.					11.00- 12.00		11.00- 12.00			
14.					13.00- 14.00		13.00- 14.00			
15.	ОФП Акиньшин В.Т.	10-16 лет ГБОУ Гимназия №402	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б	09.00- 10.00		09.00- 10.00		09.00- 10.00		
16.						10.00- 11.00		10.00- 11.00		

17.								12.00-13.00			
18.	Волейбол Акиньшин В.Т.	Взрослые с ОВЗ ПНИ №26		12.00-13.00		12.00-13.00					
19.	Скандинавская ходьба Жуков А.Г.	Взрослые		12.00-13.00		12.00-13.00		12.00-13.00			
20.				13.00-14.30		13.00-14.30		13.00-14.30			
21.	ОФП Бубенцов В.И.	55 лет и старше	на базе ДЮСШ №55 ул. Сахалинская, д.5	10.00-11.00		10.00-11.00		10.00-11.00			
22.				11.00-12.30		11.00-12.30		11.00-12.30			
23.	ОФП с элементами пилатеса Шконда В.Б.	Взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	08.30-10.00		08.30-10.00					
24.					08.30-10.00		08.30-10.00				
25.					11.30-13.00		11.30-13.00				
26.					11.30-13.00		11.30-13.00				
27.					10.00-11.30		10.00-11.30				
28.					10.00-11.30		10.00-11.30				
29.					13.00-14.30		13.00-14.30				
30.					14.30-15.30		14.30-15.30				
31.				Оздоровительное плавание Пронина С.В.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	08.00-08.45		08.00-08.45		
32.	08.45-09.30		08.45-09.30								
33.	09.30-10.15		09.30-10.15								
34.	10.15-11.00		10.15-11.00								
35.	11.00-11.45		11.00-11.45								
36.	11.45-12.30		11.45-12.30								

37.				12.30-13.15		12.30-13.15							
38.		От 7 лет и взрослые ГНК						08.45-09.30					
39.		7-17 лет (ББ)		14.45-15.30		14.45-15.30		14.45-15.30					
40.		Взрослые «Посейдон»		07.15-08.00		07.15-08.00		07.15-08.00					
41.	Оздоровительное плавание Нестерова А.М.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	08.00-08.45		08.00-08.45							
42.				08.45-09.30		08.45-09.30							
43.				10.15-11.00		10.15-11.00							
44.				11.00-11.45		11.00-11.45							
45.				11.45-12.30		11.45-12.30							
46.				12.30-13.15		12.30-13.15							
47.				14.45-15.30		14.45-15.30			14.45-15.30				
48.				от 14 лет и Взрослые ФССП				20.45-21.30		10.15-11.00			
49.				Взрослые с ОВЗ ПНИ № 12			14.00-14.45				14.00-14.45		
50.				Оздоровительное плавание Науекайтене Л.Н.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.00-08.45		08.00-08.45			
51.		08.45-09.30					08.45-09.30						
52.		09.30-10.15					09.30-10.15						
53.		10.15-11.00					10.15-11.00						
54.		11.00-11.45					11.00-11.45						
55.		12.30-13.15					12.30-13.15						
56.		11.45-12.30					11.45-12.30						
57.	Взрослые «Посейдон»						07.15-08.00		07.15-08.00				

58.		7-17 лет (ББ)			14.45-15.30		14.45-15.30		14.45-15.30		
59.		от 14 лет и Взрослые ФССП			20.00-20.45		20.00-20.45				
60.	Оздоровительное плавание Леонова И.О.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.00-08.45		08.00-08.45				
61.					08.45-09.30		08.45-09.30				
62.					09.30-10.15		09.30-10.15				
63.					10.15-11.00		10.15-11.00				
64.					11.00-11.45		11.00-11.45				
65.					12.30-13.15		12.30-13.15				
66.					20.45-21.30		20.45-21.30				
67.				7-17 лет (МБ)		14.45-15.30		14.45-15.30		14.45-15.30	
68.				Взрослые с ОВЗ ПНИ №26		11.45-12.30		11.45-12.30			
69.				Оздоровительное плавание Глухова В.В.	От 7 лет с ОВЗ и Взрослые «Мама+ребенок»	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126					
70.									14.45-15.30		
71.	от 14 лет и Взрослые ФССП									11.45-12.30	
72.	7-17 лет с ОВЗ Интернат №31									12.30-13.15	
73.	Взрослые Управа района Вешняки									15.30-16.15	
74.										16.15-17.00	
75.	Малый Бассейн Лица с ОВЗ, «Мама+ребенок»									09.00-09.45	
76.										09.45-10.30	
77.	От 7 лет и взрослые ГНК									11.00-11.45	

78.	ОФП Глухова В.В.	взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б		09.00-10.00		09.00-10.00					
79.					10.00-11.00		10.00-11.00					
80.					11.00-12.00		11.00-12.00					
81.		10-16 лет Гимназия №402			12.00-13.00		12.00-13.00					
82.		взрослые			13.00-14.00		13.00-14.00					
83.					14.00-15.00		14.00-15.00					
84.	ОФП с элементами восточной гимнастики Балакина А.В.	Взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б					09.00-10.00		10.00-11.00		
85.									10.00-11.00		11.00-12.00	
86.										11.00-12.00		12.00-13.00
87.										12.00-13.00		

ФОК «Акулово» (01 и 09 мая - не работает)

88.	Настольный теннис Кромин А.Н.	7-10 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		14.00-15.00		14.00-15.00		13.30-15.00	
89.		10-12 лет			15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00	
90.		12-14 лет			16.00-17.00		16.00-17.00		16.00-17.00	
91.		14-17 лет, взрослые			17.00-18.00		17.00-18.00		17.00-18.00	
92.	Атлетическая гимнастика Сирин А.А.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		11.00-12.30		10.00-11.00			
93.					12.30-14.00					
94.							11.00-12.00			
95.		14 лет и старше				16.30-18.00				
96.									16.30-18.00	

97.	Аэробика	55-70 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27			10.00- 11.30		10.00- 11.30	10.00- 11.30			
98.	Спиридонова О.Ю.	8-12 лет			14.00- 15.30					11.30- 13.00		
99.	ОФП с элементами бокса Бамбуров В.А.	Взрослые МВД	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27	11.30- 12.30				10.00- 11.00				
100.						11.00- 12.00			11.00- 12.30			
101.						12.30- 14.00						
102.								12.00- 13.30				
103.				10-17 лет		16.00- 17.30		16.00- 17.30		16.00- 17.30		
104.	Каратэ / ОФП Гришанов В.И.	8-10 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27	15.00- 16.30			15.00- 16.30			13.00- 14.30		
105.		10-14 лет		16.30- 18.00			16.30- 18.00			14.30- 16.00		
106.		7-9 лет				16.00- 17.30				11.30- 13.00		
107.		Взрослые МВД		08.00- 09.00								
108.						10.00- 11.00						
109.					14.30- 15.30							
110.	ОФП/Мини-футбол Червяков С.Ю.	6-9 лет	Спортивный Зал СОШ № 448 поселок Акулово, д.43а		17.00- 18.00	18.00- 19.30			13.00- 14.30			
111.		6-9 лет		16.00- 17.00		19.30- 21.00			14.30- 16.00			
112.		10-13 лет	спортплощадка СОШ № 448 поселок Акулово, д.43а		18.00- 19.30			16.00- 17.00	16.30- 18.00			
113.		10-13 лет		17.00- 18.30		16.00- 17.30		17.00- 18.30				
114.		13-14 лет			19.30- 21.00		17.00- 18.30	19.00- 20.30				
115.		15-17 лет		19.00- 20.30			18.30- 20.00		18.00- 19.30			
116.		Взрослые		20.30- 22.00			20.00- 21.30	20.30- 22.00				
117.	ОФП	13-14 лет	ФОК ЦФКиС		16.00- 17.00			15.00- 16.30	13.30- 15.00			

118.	Шкиотов А.Ю.	15-17 лет	«Акулово», поселок Акулово, д.27	13.30- 15.00				13.30- 15.00		
119.					17.00- 18.00			16.30- 18.00	15.00- 16.30	
120.	ОФП/Оздоровительная гимнастика	6-10 лет			16.00- 17.00			15.00- 16.30	13.30- 15.00	
121.	Шкиотова Н.И.	10-14 лет			17.00- 18.00			16.30- 18.00	15.00- 16.30	
ФОК «Атлант-Гольяново» (01, 08, 09 мая - не работает)										
122.		5-7 лет					13.00- 14.00		13.00- 14.00	
123.	ОФП/Мини-футбол	8-9 лет					14.00- 15.00		14.00- 15.00	
124.	Бубнов А.В.	10-11 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново»	14.00- 15.00				15.00- 16.30		
125.		12-13 лет	ул. Уральская, 19а			15.00- 16.30			10.00- 11.30	
126.	Баскетбол Бондарчук С.М.	Лица с ОВЗ От 14 лет и взрослые		11.00- 13.00		11.00- 13.00		11.00- 13.00		
127.	Спортивный туризм	10-17 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново»	19.00- 20.30			19.00- 20.30			
128.	Кашепов М.В.	взрослые	ул. Уральская, 19а		19.30- 21.00			19.30- 21.00		
129.	ОФП (Детский фитнес) Конобевцев А.В.	4-6 лет			12.00- 13.00			12.00- 13.00		
130.	ОФП/Спортивные	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново»		14.00- 15.00			14.00- 15.00		
131.	(бальные) танцы	4-6 лет	ул. Уральская, 19а		11.00- 12.00			11.00- 12.00		
132.	Конобевцев А.В.				13.00- 14.00			13.00- 14.00		
133.		7-12 лет			15.00- 16.00			15.00- 16.00		
134.	Атлетическая гимнастика Москаленко В.П.	пенсионеры	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново»		11.00- 12.30		11.00- 12.30			
135.	ОФП (оздоровительная гимнастика)		ул. Уральская, 19а		09.30- 11.00		09.30- 11.00			

	Москаленко В.П.											
136.	Скалолазание Поливко В.Н.	9 лет и старше	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	15.30-17.00			15.30-17.00					
137.					15.30-17.00			15.30-17.00				
138.					17.00-18.30			17.00-18.30				
139.					17.00-18.30			17.00-18.30				
140.				Ориентирование на местности			18.30-20.00			18.30-20.00		
141.				Поливко В.Н.			18.30-20.00			18.30-20.00		
142.	ОФП (оздоровительная гимнастика) Рязанцев Е.Г.	пенсионеры		09.30-11.00		09.30-11.00						
143.	Атлетическая гимнастика Рязанцев Е.Г.					11.00-12.30		11.00-12.30				
144.	ОФП (Мама+малыш) Содатенкова М.В.	2-3 года и взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	11.00-12.00				11.00-12.00				
145.	ОФП (Веселые старты) Содатенкова М.В.	4-6 лет			10.00-11.00				10.00-11.00			
146.	ОФП	взрослые			10.00-11.00	12.00-13.00						
147.	Содатенкова М.В.				12.00-13.00			15.00-16.00				
148.	ОФП (Цигун) Черноок Е.А.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	09.00-10.00		09.00-10.00						
149.							10.00-11.00			09.00-10.00		
150.						11.00-12.00		14.00-15.00				
151.	ОФП Черноок Е.А.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		09.00-10.00		09.00-10.00					
152.							11.00-12.00			10.00-11.00		
153.						10.00-11.00		13.00-14.00				

154.	Аэробика (Питатес) Никишина С.В.	От 16 лет и взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а				12.00- 13.00			10.00- 11.00	
155.	Аэробика (Шейпинг) Никишина С.В.						11.00- 12.00			11.00- 12.00	
156.	Скандинавская ходьба Никишина С.В.	взрослые	Лесопарк «Лосиный остров»				08.30- 10.00			08.30- 10.00	
157.	Атлетическая гимнастика Юрков А.Г.	лица с ОВЗ от 14 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а			12.00- 13.30		12.00- 13.30			
158.	Пауэрлифтинг Юрков А.Г.	лица с ОВЗ 14 лет и старше			17.00- 18.30				10.00- 11.30		
159.	Армрестлинг Юрков А.Г.	От 14 лет и взрослые					15.30- 17.00		11.30- 13.00		
160.	Скандинавская ходьба Юрков А.Г.	Взрослые	Лесопарк «Лосиный остров»		13.30- 15.00				14.30- 16.00		
161.	Бадминтон Юрков А.Г.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		09.00- 10.30		09.00- 10.30				
162.					09.00- 10.30		09.00- 10.30				
163.					10.30- 12.00		10.30- 12.00				
164.				Настольный теннис		12.00- 13.30		12.00- 13.30			
165.	Юрков А.Г.				10.30- 12.00		10.30- 12.00				
ФОК «Касатка» (01, 08, 09 мая - не работает)											
166.	Плавание Звезинцева Ю.Н.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а	08.00- 08.45		08.00- 08.45					
167.				08.45- 09.30		8.45- 09.30					
168.				09.30- 10.15				09.30- 10.15			
169.		Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ				9.30- 10.15		10.15- 11.00			
170.		Взрослые ТЦСО			10.15- 11.00						

171.		Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а			10.15-11.00				
172.						11.00-11.45		11.00-11.45		
173.				11.00-11.45				08.45-09.30		
174.				11.45-12.30		11.45-12.30				
175.		7-14 лет				14.00-14.45		14.45-15.30		
176.				14.45-15.30		14.45-15.30				
177.		Взрослые с ОВЗ «Навигатор»		14.00-14.45				14.00-14.45		
178.		Взрослые		20.45-21.30		20.45-21.30				
179.	Плавание Горностаев А.М.	Взрослые Управа	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а					07.15-08.00		
180.		Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ		07.15-08.00		07.15-08.00				
181.						08.00-08.45		08.00-08.45		
182.						11.45-12.30		11.45-12.30		
183.				11.45-12.30				10.15-11.00		
184.				08.45-09.30						
185.		7-14 лет Лицей №1502		11.00-11.45						
186.						08.45-09.30				
187.						11.00-11.45				
188.								08.45-09.30		
189.								11.00-11.45		
190.							14.45-15.30			
191.		Взрослые, в т.ч. Лица		09.30-10.15		09.30-10.15				

192.		с ОВЗ		14.00-14.45		14.00-14.45				
193.		7-14 лет ТЦСО		15.30-16.15				15.30-16.15		
194.		Взрослые (льгот.кат.)								19.15-20.45
195.	Плавание Пономарев Г.В.	Взрослые, в т.ч. Лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а		07.15-08.00				09.30-10.15	
196.						07.15-08.00		10.15-11.00		
197.						14.00-14.45		14.00-14.45		
198.		7-14 лет Лицей №1502			08.45-09.30					
199.					11.00-11.45					
200.					14.45-15.30					
201.							08.45-09.30			
202.							11.00-11.45			
203.							14.45-15.30			
204.				7-14 лет СОШ №922		11.45-12.30		11.45-12.30		
205.		Взрослые, в т.ч. Лица с ОВЗ			10.15-11.00		10.15-11.00			
206.					09.30-10.15		09.30-10.15			
207.		Взрослые (льгот.кат.)			20.00-20.45		20.00-20.45			
208.	Плавание Ткаченко И.А.	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а		07.15-08.00		07.15-08.00			
209.		Взрослые с ОВЗ «Аппарель»			09.30-11.45		09.30-11.45			
210.		7-14 лет			14.00-14.45			14.00-14.45		
211.		Взрослые (льгот.кат.)			20.45-21.30			11.45-12.30		
212.		Взрослые, в т.ч.			08.00-08.45		08.00-08.45			

213.		Лица с ОВЗ			08.45-09.30		08.45-09.30			
214.		7-14 лет СОШ №922			11.45-12.30		11.45-12.30			
215.		7-14 лет					14.00-14.45		09.30-10.15	
216.					14.45-15.30		14.45-15.30			
217.		7-14 лет КДН			15.30-16.15		15.30-16.15			
218.	Плавание Лагутина Е.Ю. .	7-14 лет Лицей №1502	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а	08.45-09.30		08.45-09.30		08.45-09.30		
219.				11.00-11.45		11.00-11.45		11.00-11.45		
220.							14.45-15.30			
221.					08.45-09.30		08.45-09.30			
222.					11.00-11.45		11.00-11.45			
223.					14.45-15.30		14.45-15.30			

ФОК «Атлант-Косино» (01 и 09 мая - не работает)

224.	Футбол	Взрослые УВД	ФОК ЦФКиС «Атлант-Косино» ул. Б. Косинская, 5а					19.00-21.00		
225.	Алимбеков Р.Ш.	Взрослые Храм							09.30-11.00	
226.	ОФП (Оздоровительная гимнастика) Алимбеков Р.Ш.	От 14 лет и Взрослые, пенсионеры, в т.ч. лица с ОВЗ				10.30-12.00				10.30-12.00
227.	ОФП				10.30-12.00		10.30-12.00			
228.	Алимбеков Р.Ш.					09.00-10.30				09.00-10.30
229.	Атлетическая гимнастика Алимбеков Р.Ш.	взрослые, пенсионеры, в т.ч. лица с ОВЗ			09.00-10.30		09.00-10.30			
230.	ОФП	Взрослые, пенсионеры, в т.ч.	ФОК ЦФКиС	10.30-12.00				10.30-12.00		

	Алимов Р.Р.	лица с ОВЗ	«Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а							
231.	Атлетическая гимнастика Алимов Р.Р.	Взрослые, пенсионеры, лица с ОВЗ			09.00- 10.30				09.00- 10.30	
232.	ОФП «Группа здоровья»	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	09.30- 11.00		09.30- 11.00				
233.	Букина Г.П.			12.00- 13.30		12.00- 13.30				
234.	ОФП «Веселая семейка» Букина Г.П.	2-4 года и Взрослые		11.00- 12.00		11.00- 12.00				
235.	ОФП «Гимнастика» Букина Г.П.	взрослые		13.30- 15.00		13.30- 15.00				
236.	Аэробика (Пилатес) Букина Г.П.	От 14 лет и взрослые			16.00- 17.30		16.00- 17.30			
237.	Скандинавская ходьба Букина Г.П.	Взрослые			18.00- 20.00		18.00- 20.00			
238.	Волейбол Букин Г.П.	От 14 лет и взрослые			17.30- 19.00		17.30- 19.00			
239.	Настольный теннис Букин Г.П.	взрослые, пенсионеры		14.30- 16.00		14.30- 16.00				
240.		От 14 лет и взрослые		16.00- 17.30		16.00- 17.30				
241.					15.00- 16.30		15.00- 16.30			
242.		От 12 лет и старше			16.30- 18.00		16.30- 18.00			
243.		Пенсионеры, Взрослые			10.00- 11.30		10.00- 11.30			
244.					11.30- 13.00		11.30- 13.00			
245.	ОФП/футбол	5-7 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а		13.30- 15.00		13.30- 15.00			
246.	Коротаев И.В.	12-15 лет			16.00- 17.30		16.00- 17.30			
247.	Бадминтон	От 12 лет			15.00- 16.00		15.00- 16.00			

	Кортаев И.В.										
248.	ОФП/Спортивные (бальные) танцы Спирин М.В.	4-6 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	16.00- 17.00		16.00- 17.00					
249.					17.00- 18.00		17.00- 18.00				
250.		7-12 лет			15.00- 16.00		15.00- 16.00				
251.		Взрослые, пенсионеры				10.00- 11.00		13.00- 14.00			
252.	Теннис Спирин М.В.	Взрослые ветераны спорта	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	09.30- 11.00				09.30- 11.00			
253.	ОФП Оздоровительная гимнастика	От 6 лет ЦПШ		11.00- 12.00		11.00- 12.00					
254.					11.00- 12.00		11.00- 12.00				
255.	Спирин М.В.	Взрослые			09.00- 10.00		10.00- 11.00				
256.	ОФП для лиц с ОВЗ	12-15 лет с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а						14.00- 15.30		
257.	Труфанова С.А.	9-12 лет с ОВЗ				13.30- 14.30				13.00- 14.00	
258.	ОФП с элементами Айкидо	6-9 лет			15.00- 16.00		15.30- 16.30				
259.		8-10 лет				15.30- 17.00		15.30- 17.00			
260.	Труфанова С.А.	11-14 лет					16.30- 18.00		16.30- 18.00		
261.	ОФП с эл. Джиуджицу Труфанова С.А.	9-12 лет								11.00- 12.30	
262.	ОФП для лиц с ОВЗ Труфанова С.А.	3-5 лет с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а			14.30- 15.30				10.00- 11.00	
263.		10-14 лет с ОВЗ			14.30- 15.30		14.30- 15.30				
264.		9-10 лет с ОВЗ			13.00- 14.00					13.30- 14.30	
265.		11-13 лет с ОВЗ			14.00- 15.00					14.30- 15.30	
266.	ОФП (Гимнастика)	Взрослые		09.30- 11.00		09.30- 11.00					

	Труфанова С.А.											
ФОК «Альбатрос» (01 и 09 мая - не работает)												
267.	Оздоровительное плавание Тырин В.В.	от 7 лет и взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а		08.45- 09.30		08.45- 09.30					
268.					14.00- 14.45				14.00- 14.45			
269.					10.15- 11.00		10.15- 11.00					
270.					12.30- 13.15		12.30- 13.15					
271.					20.45- 21.30		20.45- 21.30					
272.					11.45- 12.30		11.45- 12.30					
273.				От 7 лет «Косинский морской клуб»		15.30- 16.15		15.30- 16.15		09.30- 10.15		
274.				7 – 18 лет ЦСПСиД Косино-ухтомский		14.45- 15.30		14.45- 15.30				
275.				Взрослые ГБУЗ №66				07.15- 08.00		11.45- 12.30		
				От 7 лет СОШ №2036		11.00- 11.45						
				Взрослые Управа		20.00- 20.45		20.00- 20.45		10.15- 11.00		
	Взрослые РСВ Афганистана		07.15- 08.00				14.45- 15.30					
279.	Оздоровительное плавание Салманов А.В.	7 – 18 лет ЦСПСиД Косино-ухтомский	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а			14.45- 15.30		15.30- 16.15				
280.					15.30- 16.15	15.30- 16.15						
281.						08.00- 08.45		07.15- 08.00				
282.				от 7 лет		08.00- 08.45		08.00- 08.45				
283.				и взрослые		09.30- 10.15		09.30- 10.15				
284.						10.15- 11.00		10.15- 11.00				

285.								11.00-11.45	11.00-11.45	
286.					11.45-12.30			11.45-12.30		
287.						14.00-14.45		14.00-14.45		
288.						12.30-13.15			12.30-13.15	
289.					14.45-15.30				14.45-15.30	
290.								20.45-21.30	20.00-20.45	
291.						08.45-09.30			15.30-16.15	
292.		Взрослые МГО «ВОГ»							09.30-10.15	
293.					10.15-11.00		10.15-11.00			
294.					07.15-08.00		07.15-08.00			
295.					08.00-08.45		08.00-08.45			
296.					11.00-11.45		11.00-11.45			
297.					09.30-10.15		09.30-10.15			
298.	Оздоровительное плавание	от 7 лет и взрослые			14.45-15.30					14.45-15.30
299.	Дудин О.В.				11.45-12.30		11.45-12.30			
300.					12.30-13.15		12.30-13.15			
301.					20.45-21.30		20.45-21.30			
302.					08.45-09.30		08.45-09.30			
303.		От 7 лет РОО «Семейный очаг»								11.45-12.30
304.		От 7 лет и взрослые РОО Косинский МК			15.30-16.15		15.30-16.15			09.30-10.15
305.	Оздоровительное	от 7 лет и			08.00-08.45			08.00-08.45		
			ФОК ЦФКиС							

306.	плавание Стукалова А.А.	Взрослые	«Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	09.30-10.15			09.30-10.15						
307.									10.15-11.00			10.15-11.00	
308.										11.00-11.45			11.00-11.45
309.											12.30-13.15		12.30-13.15
310.							14.00-14.45			14.00-14.45			
311.							11.45-12.30			11.45-12.30			
312.							14.45-15.30				14.45-15.30		
313.							08.45-09.30				08.45-09.30		
314.							11.00-11.45				11.00-11.45		
315.							10.15-11.00				10.15-11.00		
316.							12.30-13.15			12.30-13.15			
317.					7 – 18 лет ЦСПСиД		15.30-16.15			15.30-16.15			
318.					От 7 лет и взрослые РОО Косинский МК						15.30-16.15		08.45-09.30
319.					От 16 лет ветераны Афганистана					07.15-08.00			14.00-14.45
320.					Взрослые с ОВЗ ЛМУ МО «ВОГ»								09.30-10.15
321.				ОФП с элементами танцев Соколова О.В.	9-11 лет	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а				14.30-16.00		09.00-10.30	
322.	12 -16 лет								10.30-12.00	12.30-14.00			
323.	10-12 лет										14.00-16.30		
324.	Взрослые				08.30-10.00				08.30-10.00				
325.					10.00-11.30				10.00-11.30				
326.	ОФП (с элементами	Взрослые			11.30-13.00		11.00-13.00						

327.	гимнастики)	3-7 лет			13.00-14.30			13.00-14.30			
328.	Бирук И.М.						13.00-14.30	11.30-13.00			
329.	ОФП (Дыхательная гимнастика)	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	09.00-10.30					16.00-17.00		
330.	Акбутаев Т.С.			10.30-12.00					15.00-16.00		
ФОК «Гелиос» (01 и 09 мая - не работает)											
331.	ОФП с элементами бокса	7-12 лет			15.30-17.00				10.00-11.30		
332.	Запруднов Е.С.						15.30-17.00		11.30-13.00		
333.						17.00-18.30		17.00-18.30			
334.	ОФП с элементами футбола Агрелкин И.А.	5 – 8 лет	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а		13.00-14.00		13.00-14.00				
335.						14.00-15.30		14.00-15.30	09.00-10.30		
336.						14.00-15.30				10.30-12.00	
337.						15.30-17.00		15.30-17.00			
338.	ОФП с элементами Художественной гимнастики Круглова Я.И.	3-6 лет			13.30-14.30			15.30-16.30			
339.		7-12 лет			14.30-15.30		14.30-15.30				
340.		3-12 лет					13.30-14.30	16.30-17.30			
341.		5-10 лет			15.30-17.00		15.30-17.00				
342.	ОФП с элементами бокса Юсипов М.В	от 14 лет и взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а	09.00-10.30		09.00-10.30					
343.				10.30-12.00					09.00-10.30		
344.								10.30-12.00		10.30-12.00	
345.				12.00-13.30				12.00-13.30			
346.				13.30-15.00						12.00-13.30	

347.			ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а			13.30- 15.00		13.30- 15.00			
348.		6-9 лет		16.00- 17.00		16.00- 17.00					
349.				17.00- 18.30				16.00- 17.00			
350.		От 10 лет и взрослые				17.00- 18.30			17.00- 18.30		
351.							17.00- 18.30		15.30- 17.00		
352.	Бокс Соловьев П.П.	Взрослые			13.30- 15.00				13.00- 14.30		
353.						13.30- 15.00		11.30- 12.30			
354.	ОФП с элементами бокса Соловьев П.П.	5-8 лет		16.00- 17.00		16.00- 17.00					
355.		8-13 лет		17.00- 18.30		17.00- 18.30					
356.		от 14 лет и взрослые		12.00- 13.30		12.00- 13.30					
357.	ОФП «Семейный фитнес» Юдакова О.Б.	1,5-3 года и взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а	08.30- 09.30				08.30- 09.30			
358.						08.30- 09.30		16.30- 17.30			
359.						09.30- 10.30		09.30- 10.30			
360.									09.30- 10.30		09.30- 11.00
361.						10.30- 11.30		10.30- 11.30			
362.									10.30- 11.30		11.00- 12.00
363.						16.30- 17.30		16.30- 17.30			
364.	ОФП Юдакова О.Б.	3 - 6 лет		11.30- 12.30		11.30- 12.30					
365.								11.30- 12.30		14.00- 15.00	
366.						12.30- 13.30		12.30- 13.30			
367.									12.30- 13.30		15.00- 16.00

368.		7-18 лет ЦПСид		14.00-15.00		14.00-15.00		14.00-15.00			
369.		РОО «Косинский морской клуб» 7-16 лет		15.00-16.00		15.00-16.00					
370.								15.00-16.00		16.00-17.30	
371.		3-6 лет		17.30-18.30		17.30-18.30					
372.								17.30-18.30		12.00-13.00	
373.	ОФП с элементами Йоги Осинцева А.В.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а			09.30-11.00		09.30-11.00			
374.						11.00-12.30		11.00-12.30			
375.						12.30-14.00		12.30-14.00			
376.	ОФП с эл-ми Пилатаса Осинцева А.В.					14.00-15.00		14.00-15.00			

ФОК «Олимпия» (01 и 09 мая - не работает)

377.	Оздоровительное плавание Аникина И.Н.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	08.00-08.45					10.15-11.00	
378.				08.45-09.30					11.00-11.45	
379.				09.30-10.15					11.45-12.30	
380.				10.15-11.00					14.00-14.45	
381.				11.00-11.45					14.45-15.30	
382.				11.45-12.30					15.30-16.15	
383.				14.00-14.45					16.15-17.00	
384.				7 – 14 лет	14.45-15.30		14.45-15.30			
385.		16.15-17.00				16.15-17.00				
386.	Оздоровительное	7-14 лет	ФОК ЦФКиС		14.45-15.30		14.45-15.30			

387.	плавание Макарова Л.А.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	«Олимпия» ул. Фрязевская, 13а		17.00- 17.45		17.00- 17.45			
388.					08.00- 08.45		08.00- 08.45			
389.					08.45- 09.30		08.45- 09.30			
390.					09.30- 10.15		09.30- 10.15			
391.					10.15- 11.00		10.15- 11.00			
392.					11.00- 11.45		11.00- 11.45			
393.					11.45- 12.30		11.45- 12.30			
394.					14.00- 14.45		14.00- 14.45			
395.	Оздоровительное плавание Воронин А.А.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а			08.00- 08.45				10.15- 11.00
396.						08.45- 09.30				11.00- 11.45
397.						09.30- 10.15				11.45- 12.30
398.						10.15- 11.00				14.00- 14.45
399.						11.00- 11.45				14.45- 15.30
400.						11.45- 12.30				15.30- 16.15
401.						14.00- 14.45				16.15- 17.00
402.						14.45- 15.30				17.00- 17.45
403.			16.15- 17.00				17.45- 18.30			
404.	Оздоровительное плавание Курникова Т.С.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а		08.00- 08.45		08.00- 08.45			
405.					08.45- 09.30		08.45- 09.30			
406.					09.30- 10.15		09.30- 10.15			

407.					10.15-11.00		10.15-11.00			
408.					11.00-11.45		11.00-11.45			
409.					11.45-12.30		11.45-12.30			
410.	Оздоровительное плавание Дубровин А.М.	Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	08.00-08.45				08.00-08.45		
411.				08.45-09.30				08.45-09.30		
412.				9.30-10.15				9.30-10.15		
413.				10.15-11.00				10.15-11.00		
414.				11.00-11.45				11.00-11.45		
415.				11.45-12.30				11.45-12.30		
416.	ОФП Балакина А.В.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	09.00-10.00		09.00-10.00				
417.				10.00-11.00		10.00-11.00				
418.				11.00-12.00		11.00-12.00				
419.					09.00-10.00		09.00-10.00			
420.					10.00-11.00		10.00-11.00			
421.					11.00-12.00		11.00-12.00			
422.					13.00-14.00		13.00-14.00			
ФОК «Одиссей» (01, 08, 09 мая - не работает)										
423.	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Варновицкий Д.Н.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		10.00-11.00		10.00-11.00			
424.					08.00-09.00		08.00-09.00			
425.					09.00-10.00		09.00-10.00			

426.						09.00-10.00		08.00-09.00		
427.						08.00-09.00			10.00-11.00	
428.						10.00-11.00		10.00-11.00		
429.									11.00-13.00	
430.	ОФП Варновицкий Д.Н.	взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		11.00-12.00			12.00-13.00		
431.					12.00-13.00		12.00-13.00			
432.						11.00-12.00		11.00-12.00		
433.						12.00-13.00		13.00-14.00		
434.								11.00-12.00		09.00-10.00
435.	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Кошкин А.П.	от 14 лет и взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д	8.30-10.00				09.00-10.00		
436.					13.00-14.00		13.00-14.00			
437.						10.00-11.00		11.00-12.00		
438.						11.00-12.00		12.00-13.00		
439.							14.00-15.00		14.00-15.00	
440.							16.00-17.00	16.00-17.00		
441.							16.00-17.00			16.00-17.00
442.	ОФП с элементами единоборств Кошкин А.П.	Взрослые (УВД р-на Ивановское)	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		11.00-13.00					
443.						11.00-13.00				
444.								11.00-13.00		
445.	Мини-футбол	взрослые			15.00-16.00			15.00-16.00		
446.	Кошкин А.П.	От 14 лет и взрослые				15.00-16.00	16.00-17.00			

447.	Волейбол Белов А.С.	Взрослые с нарушениями слуха		19.00- 20.30					18.00- 20.00	
448.	Волейбол	От 16 лет и Взрослые							10.00- 11.00	
449.	Вакарчук К.А.								11.00- 12.00	
450.	Волейбол Варновицкий Д.Н.	Взрослые с ОВЗ ПНИ № 12			13.00- 14.00		13.00- 14.00			
451.	Волейбол Кошкин А.П.	Взрослые ВЧ МВД №3747		12.00- 14.00						
452.	Баскетбол Баркин А.А.	Взрослые					20.30- 22.00			
453.	Флорбол Староверов В.М.	8-17 лет							16.00- 18.00	17.00- 19.00

**Секции ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы»
на территории Восточного административного округа города Москвы**

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Возрастная и социальная категория занимающихся	Место проведения занятий	расписание							
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Воск.	
1.	Скандинавская ходьба	взрослые	Зона отдыха «Терлецкий парк»		15.00- 16.30		15.00- 16.30			12.30- 14.00	
2.	Вакарчук К.А.		Ул. Metallургов, влад.60		16.30- 18.00		16.30- 18.00				
3.	Мини-футбол Георгиевский А.Ф.	10-11 лет	Межшкольный стадион Ул. Ткацкая, д.47	16.00- 17.30		16.00- 17.30		17.40- 19.10			
4.		11-12 лет		17.40- 19.10		17.40- 19.10			15.40- 18.10		
5.		13-14 лет			16.00- 17.30		16.00- 17.30			13.40- 15.10	
6.		15-17 лет			17.40- 19.10		17.40- 19.10			12.00- 13.30	
7.	Легкая атлетика	14-17 лет	Стадион «Авангард»		17.30- 19.00		17.30- 19.00			14.00- 15.00	
8.	Иванько А.М.	16-18 лет	шоссе Энтузиастов, д.33		19.00-		19.00-			15.00-	

					20.00		20.00			16.00
9.		19-22 лет				17.30-19.00		18.00-19.00	15.00-16.30	
10.		22-52 лет				19.00-20.00		19.00-20.00	16.30-18.00	
11.		12-14 лет								16.00-17.00
12.										17.00-18.00
13.	Футбол	8-9 лет (ДЦП)	Академия по футболу «Спартак» им.Черенкова Ул.Олений вал, д.3, стр.1		17.00-18.30			17.00-18.30		
14.	Морозов В.И.	10-15 лет (ДЦП)			18.30-20.00			18.30-20.00		
15.	Флорбол Староверов В.М.	Гр.№1 8-12 лет	Спортивная площадка Ул. Измайловский б-р, д.67-1				15.00-16.00	15.00-16.00		11.00-12.00
16.		Гр.№2 12-14 лет					16.00-17.00	16.00-17.00	11.00-12.00	
17.		Гр.№3 14-16 лет					17.00-18.00	17.00-18.00		12.00-13.00
18.		Гр.№4 16 -17 лет						18.00-19.30	13.00-14.00	13.00-14.00
19.		Гр.№5 взрослые						18.00-19.30	14.00-15.00	14.00-15.00
20.	ОФП, бег Титов И.А.	10-40 лет	Измайловский проспект, д.77, к.2 ООПТ «Измайлово»		16.15-17.30		16.15-17.30		10.00-11.30	
21.		19-50 лет			17.30-19.00		17.30-19.00		9.00-11.00	
22.		18-35 лет (бег)				19.00-20.30			8.30-10.00	12.00-13.00
23.		20-40 лет				19.00-20.30				11.00-12.00
24.		19-50 лет				20.30-22.00		20.30-22.00		11.30-13.00

В расписании возможны изменения. По всем возникающим вопросам обращайтесь по телефону: (495) 306-36-45; (495) 306-44-24 (доб.109)