

**Расписание
работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп ФОК/ССОК
ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы» Москомспорта
в рамках выполнения государственного задания на апрель 2019 г.**

| № ПП | Вид спорта, инструктор | Категория занимающихся | Место проведения занятий | Время проведения занятий | | | | | | |
|--|--|---------------------------|---|--------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----|------|
| | | | | Пн. | Вт. | Ср. | Чт. | Пт. | Сб. | Вск. |
| ССОК «Новое поколение «Вешняки» | | | | | | | | | | |
| 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. | Атлетическая гимнастика Бармин М.В. | От 14 лет и взрослые | ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б | 09.00- 10.30 | | 09.00- 10.30 | | | | |
| 6. | | | | 10.30- 12.00 | | 10.30- 12.00 | | | | |
| 7. | | | | 12.00- 13.30 | | 12.00- 13.30 | | | | |
| 8. | | | | 15.30- 17.00 | | 15.30- 17.00 | | | | |
| 9. | ОФП с элементами дыхательной гимнастики Акиньшин В.Т. | Взрослые | ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.12б | | 08.30- 10.00 | | 08.30- 10.00 | | | |
| 10. | | | | | 10.00- 11.30 | | 10.00- 11.30 | | | |
| 11. | | | | | 11.30- 13.00 | | 11.30- 13.00 | | | |
| 12. | | | | | | 09.00- 10.30 | | 09.00- 10.30 | | |
| 13. | | | | | | 10.30- 12.00 | | 10.30- 12.00 | | |
| 14. | | | | | | 13.00- 14.00 | | 13.00- 14.00 | | |
| 15. | Волейбол Акиньшин В.Т. | Взрослые с ОБЗ ПНИ №26 | | 12.00- 13.00 | | 12.00- 13.00 | | | | |
| 16. | Волейбол Вакарчук | Взрослые | | | | | 19.30- 21.00 | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|-----------------|--|---|--------------------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------|--|--|--|
| 17. | ОФП с элементами пилатеса Шконда В.Б. | Взрослые | | 08.30- 10.00 | | 08.30- 10.00 | | | | | | |
| 18. | | | | | 08.30- 10.00 | | 08.30- 10.00 | | | | | |
| 19. | | | | | 11.30- 13.00 | | 11.30- 13.00 | | | | | |
| 20. | | | | | | 11.30- 13.00 | | 11.30- 13.00 | | | | |
| 21. | | | | | 10.00- 11.30 | | 10.00- 11.30 | | | | | |
| 22. | | | | | | 10.00- 11.30 | | 10.00- 11.30 | | | | |
| 23. | | | | | | 13.00- 14.30 | | 13.00- 14.30 | | | | |
| 24. | | | | | | 13.00- 14.00 | | 13.00- 14.00 | | | | |
| 25. | | | | | | 14.00- 15.00 | | 14.00- 15.00 | | | | |
| 26. | | | | 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 | | | |
| 27. | | 08.45- 09.30 | | | | | 08.45- 09.30 | | | | | |
| 28. | | 09.30- 10.15 | | | | | 09.30- 10.15 | | | | | |
| 29. | | 10.15- 11.00 | | | | | 10.15- 11.00 | | | | | |
| 30. | | 11.00- 11.45 | | | | | 11.00- 11.45 | | | | | |
| 31. | | 11.45- 12.30 | | | | | 11.45- 12.30 | | | | | |
| 32. | | 12.30- 13.15 | | | | | 12.30- 13.15 | | | | | |
| 33. | | | | | | | | | 08.00- 09.30 | | | |
| 34. | | | | | | | | | 09.30- 11.00 | | | |
| 35. | | | | | | | | | 11.00- 12.30 | | | |
| 36. | 7-17 лет (ББ) | | | 14.45- 15.30 | | 14.45- 15.30 | | 14.45- 15.30 | | | | |
| 37. | | | | 16.15- 17.00 | | 16.15- 17.00 | | 16.15- 17.00 | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--------------------------------|---|--|-----------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 59. | | | | | | | | | 11.00-11.45 | | |
| 60. | | | | | | | | | 11.45-13.15 | | |
| 61. | | 7-17 лет (МБ) | | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | | | | |
| 62. | | Взрослые с ОВЗ ПНИ№26 | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | |
| 63. | Оздоровительное плавание Курникова Т.С. | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126 | | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | | | |
| 64. | | | | | 08.45-09.30 | | 08.45-09.30 | | | | |
| 65. | | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | | | | |
| 66. | | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | | | | |
| 67. | | | | | 11.00-11.45 | | 11.00-11.45 | | | | |
| 68. | | | | | 12.30-13.15 | | 12.30-13.15 | | | | |
| 69. | | | | | 14.00-14.45 | | 14.00-14.45 | | | | |
| 70. | | | | | | | | | 08.45-10.15 | | |
| 71. | | | | | | | | | 10.15-11.45 | | |
| 72. | | | | | | | | | 11.45-13.15 | | |
| 73. | | | | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | |
| 74. | | | | | 7-17 лет (ББ) | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | 14.45-15.30 | |
| 75. | | | | | Взрослые «Посейдон» | | 07.15-08.00 | | 07.15-08.00 | | |
| 76. | | | | Оздоровительное плавание Глухова В.В. | (ББ) от 7 лет с ОВЗ | ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126 | | | | | 14.00-15.30 |
| 77. | | | | | 7-17 лет с ОВЗ Интернат №31 МБ | | | | | | 13.15-14.00 |
| 78. | (ББ) от 7 лет с ОВЗ | | | | | | | 15.30-17.00 | | | |
| 79. | Лица с ОВЗ, «Мама+ребенок» | | | | | | | 09.00-10.30 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------|--|-----------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| | | с 3-х лет, МБ | | | | | | | | |
| 80. | | взрослые с ОВЗ | | | | | | | | 11.00-11.45 |
| 81. | ОФП Глухова В.В. | взрослые | ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126 | | 09.00-10.30 | | 09.00-10.30 | | | |
| 82. | | | | | 11.00-12.30 | | 11.00-12.30 | | | |
| 83. | | взрослые | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | |
| 84. | | | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | | |
| ФОК «Акулово» | | | | | | | | | | |
| 85. | Настольный теннис Кромин А.Н. | 10-12 лет | ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27 | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | 12.00-13.30 | |
| 86. | | 12-14 лет | | | 15.00-16.00 | | 15.00-16.00 | | 15.00-16.00 | |
| 87. | | 14-17 лет | | | 16.00-17.00 | | 16.00-17.00 | | 16.00-17.00 | |
| 88. | Атлетическая гимнастика Сирин А.А. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27 | | 10.30-12.00 | | 10.00-11.00 | | | |
| 89. | | | | | 12.00-13.30 | | | | | |
| 90. | | | | | 11.00-12.00 | | | | | |
| 91. | | 14 лет и старше | | | 16.30-18.00 | | | | | |
| 92. | | | | | | | | 16.30-18.00 | | |
| 93. | ОФП с элементами бокса Бамбуров В.А. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27 | 11.30-12.30 | | | | 10.00-11.00 | | |
| 94. | | | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.30 | | | |
| 95. | | | | | 12.30-14.00 | | | | | |
| 96. | | | | | 12.00-13.30 | | | | | |
| 97. | | 14-17 лет | | 16.30-18.00 | | 16.30-18.00 | | 16.30-18.00 | | |
| 98. | Каратэ / ОФП | 10-13 лет | ФОК ЦФКиС | | | 16.30-18.00 | | | | 11.30-13.00 |

| | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|--------------------------------|-----------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 99. | Гришанов В.И. | 14-15 лет | «Акулово», поселок Акулово, д.27 | | 15.00-16.30 | | 15.00-16.30 | | | | |
| 100. | | 16-17 лет | | | 16.30-18.00 | | 16.30-18.00 | | | 13.00-14.30 | |
| 101. | | 7-9 лет | | | | | 15.00-16.30 | | | | 10.30-11.00 |
| 102. | | Взрослые | | | 09.00-10.00 | | | | | | |
| 103. | | | | | | 10.00-11.00 | | | | | |
| 104. | | | | | | | | 14.00-15.00 | | | |
| 105. | 5-8 лет | | спортплощадка СОШ № 448 поселок Акулово, д.43а | | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 | | | | 13.00-14.30 | |
| 106. | 9-11 лет | | | | 18.00-19.00 | | | | 14.30-16.00 | | |
| 107. | 11-14 лет | | | | 18.00-19.30 | | 17.00-18.30 | | | | |
| 108. | 12-15 лет | | | 17.00-18.30 | | 19.00-20.00 | | 17.00-18.30 | | | |
| 109. | 14-16 лет | | | | 19.30-21.00 | | | 18.30-20.00 | 16.00-17.30 | | |
| 110. | 16-18 лет | | | 18.30-20.00 | | | 18.30-20.00 | | 17.30-19.00 | | |
| 111. | Взрослые | | | 20.00-21.00 | | | 20.00-21.30 | 20.00-21.00 | | | |
| 112. | ОФП Шкиотов А.Ю. | 13-15 лет | ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27 | 15.00-16.00 | | | | 15.00-16.30 | 13.30-15.00 | | |
| 113. | | 15-17 лет | | 13.30-15.00 | | | | 13.30-15.00 | | | |
| 114. | | | | 16.00-17.00 | | | | 16.30-18.00 | 15.00-16.30 | | |
| 115. | ОФП/Оздоровительная гимнастика | 50 лет и старше | | 12.30-13.30 | 09.30-10.30 | | 09.30-10.30 | | | | |
| 116. | Шкиотова Н.И. | 6-12 лет | | 16.00-17.00 | | | | 15.00-16.30 | 13.30-15.00 | | |
| 117. | | 13-15 лет | | 17.00-18.00 | | | | 16.30-18.00 | 15.00-16.30 | | |
| ФОК «Атлант-Гольяново» | | | | | | | | | | | |
| 118. | ОФП/Мини-футбол | 5-7 лет | ФОК ЦФКиС | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--|----------------------|---|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
| 119. | Бубнов А.В. | 4- 5 лет | «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | | | |
| 120. | | 8-9 лет | | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | |
| 121. | | 10-13 лет | | 14.00-15.00 | | | | | 12.30-14.00 | |
| 122. | ОФП Бубнов А.В. | 5-7 лет | | 15.00-16.00 | | | | | 14.00-15.00 | |
| 123. | Бадминтон Бубнов А.В. | взрослые | | | | | | 12.00-13.00 | | |
| 124. | | | | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | |
| 125. | Спортивный туризм Кашепов М.В. | От 10 лет | | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | 19.00-20.30 | | | 19.00-20.30 | | |
| 126. | | взрослые | | | 19.30-21.00 | | | 19.30-21.00 | | |
| 127. | ОФП (Детский фитнес) Конобевцев А.В. | 4-6 лет | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | |
| 128. | ОФП/Спортивные (бальные) танцы Конобевцев А.В. | Взрослые | | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | |
| 129. | | 4-5 лет | | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | |
| 130. | | 4-6 лет | | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | |
| 131. | Атлетическая гимнастика Москаленко В.П. | От 16 лет и взрослые | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | | 11.00-12.30 | | 11.00-12.30 | | | |
| 132. | ОФП (оздоровительная гимнастика) Москаленко В.П. | От 16 лет и взрослые | | | 12.30-14.00 | | 12.30-14.00 | | | |
| 133. | Скалолазание Поливко В.Н. | 9 лет и старше | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | 15.30-17.00 | | | 15.30-17.00 | | | |
| 134. | | | | | 15.30-17.00 | | | 15.30-17.00 | | |
| 135. | | | | | 17.00-18.30 | | | 17.00-18.30 | | |
| 136. | | | | | 17.00-18.30 | | | 17.00-18.30 | | |

| | | | | | | | | | | | |
|------|--|--------------------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--|--|
| 137. | Ориентирование на местности | | | 18.30- 20.00 | | | 18.30- 20.00 | | | | |
| 138. | Поливко В.Н. | | | | 18.30- 20.00 | | | 18.30- 20.00 | | | |
| 139. | ОФП (оздоровительная гимнастика) Рязанцев Е.Г. | От 16 лет и взрослые | | 12.30- 14.00 | | 12.30- 14.00 | | | | | |
| 140. | Атлетическая гимнастика Рязанцев Е.Г. | От 16 лет и взрослые | | 11.00- 12.30 | | 11.00- 12.30 | | | | | |
| 141. | Скандинавская ходьба Содатенкова М.В. | взрослые | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | | | 16.00- 17.30 | | 15.00- 16.30 | | | |
| 142. | ОФП / Группа здоровья Содатенкова М.В. | взрослые | | 10.00- 11.00 | | | | 09.00- 10.00 | | | |
| 143. | | | | 09.00- 10.00 | | | | 10.00- 11.00 | | | |
| 144. | 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 | | | | | |
| 145. | | | | 10.00- 11.00 | | 10.00- 11.00 | | | | | |
| 146. | | | | 11.00- 12.00 | | | 12.00- 13.00 | | | | |
| 147. | | | | | 13.00- 14.00 | | | | 10.00- 11.00 | | |
| 148. | | | | | 14.00- 15.00 | | | | 11.00- 12.00 | | |
| 149. | 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 | | | | |
| 150. | | | | | 10.00- 11.00 | | 10.00- 11.00 | | | | |
| 151. | | | | | 11.00- 12.00 | | 11.00- 12.00 | | | | |
| 152. | | | | | 12.00- 13.00 | | | | 09.00- 10.00 | | |
| 153. | Аэробика (Питатес) Никишина С.В. | От 16 лет и взрослые | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | 13.00- 14.00 | | | 13.00- 14.00 | | | | |
| 154. | Аэробика (Шейпинг) Никишина С.В. | | | 14.00- 15.00 | | | 14.00- 15.00 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|---|--------------------------------|---|-------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--|--|
| 155. | Скандинавская ходьба Никишина С.В. | взрослые | Лесопарк «Лосиный остров» | 08.30- 10.00 | | | 08.30- 10.00 | | | | | |
| 156. | Атлетическая гимнастика Юрков А.Г. | лица с ОВЗ от 14 лет | ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а | | | 12.00- 13.30 | | 12.30- 14.00 | | | | |
| 157. | Пауэрлифтинг Юрков А.Г. | лица с ОВЗ 14 лет и старше | | | 17.00- 18.30 | | | | 10.00- 11.30 | | | |
| 158. | Армрестлинг Юрков А.Г. | От 14 лет и взрослые | | | | | 15.30- 17.00 | | 11.30- 13.00 | | | |
| 159. | Скандинавская ходьба Юрков А.Г. | Взрослые | Лесопарк «Лосиный остров» | | 13.30- 15.00 | | | | 14.30- 16.00 | | | |
| 160. | 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 | | | | | |
| 161. | | | | | | 09.00- 10.30 | | 09.00- 10.30 | | | | |
| 162. | | | | | | 10.30- 12.00 | | 10.30- 12.00 | | | | |
| 163. | | | | Настольный теннис | | | 12.00- 13.30 | | 12.00- 13.30 | | | |
| 164. | Юрков А.Г. | | | | | 10.30- 12.00 | | 11.00- 12.30 | | | | |
| ФОК «Касатка» | | | | | | | | | | | | |
| 165. | Оздоровительное плавание Умников А.А. | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а | 08.00- 08.45 | | 08.00- 08.45 | | | | | | |
| 166. | | | | | 08.45- 09.30 | | 8.45- 09.30 | | | | | |
| 167. | | | | 09.30- 10.15 | | | | | 09.30- 10.15 | | | |
| 168. | | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | | | | | 9.30- 10.15 | | 10.15- 11.00 | | | |
| 169. | | Взрослые ТЦСО | | | | 10.15- 11.00 | | | | | | |
| 170. | | | | | | | 10.15- 11.00 | | | | | |
| 171. | | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | | | | | | 11.00- 11.45 | | 11.00- 11.45 | | |
| 172. | | | | | | 11.00- 11.45 | | | | 08.45- 09.30 | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------|--|--------------------------------|-------------------------------|---|--------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|--|
| 173. | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | | | | |
| 174. | | 7-14 лет Многодетные | | | | 14.00-14.45 | | 14.45-15.30 | | | | | |
| 175. | | | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | | | | | | | |
| 176. | | | Взрослые с ОВЗ «Навигатор» | | 14.00-14.45 | | | | 14.00-14.45 | | | | |
| 177. | | | Взрослые, в т.ч. с ОВЗ | | 20.45-21.30 | | 20.45-21.30 | | | | | | |
| 178. | | | Взрослые | | | | | | 07.15-08.00 | | | | |
| 179. | | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | | 07.15-08.00 | | 07.15-08.00 | | | | | | | |
| 180. | | | | | | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | | | | |
| 181. | | | | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | |
| 182. | | | | | 11.45-12.30 | | | | 10.15-11.00 | | | | |
| 183. | | | | | 08.45-09.30 | | | | | | | | |
| 184. | | | | | 11.00-11.45 | | | | | | | | |
| 185. | Оздоровительное плавание Горностаев А.М. | | | ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а | | | 08.45-09.30 | | | | | | |
| 186. | | | | | | | | 11.00-11.45 | | | | | |
| 187. | | | | | | | | | | | 08.45-09.30 | | |
| 188. | | | | | | | | | | | 11.00-11.45 | | |
| 189. | | | | | Взрослые, в т.ч. Лица с ОВЗ | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | | | | |
| 190. | | | | | | | 14.00-14.45 | | 14.00-14.45 | | | | |
| 191. | | | | | 7-17 лет с ОВЗ | | | | 14.45-15.30 | | 14.00-14.45 | | |
| 192. | | | 7-14 лет ТЦСО | | | 15.30-16.15 | | | | 15.30-16.15 | | | |
| 193. | | | 7-14 лет СОШ №922 | | | 14.45-15.30 | | | | 14.45-15.30 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--|--------------------------------|---|---|------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 194. | | Взрослые (льгот.кат.) | | | | | | | | 19.15-20.45 |
| 195. | Оздоровительное 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. | | | | | 08.45-09.30 | | | | 11.00-11.45 | |
| 199. | | | | | | | 08.45-09.30 | | | |
| 200. | | | | | | | 11.00-11.45 | | | |
| 201. | | | | | | | 11.00-11.45 | | | |
| 202. | | | | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | |
| 203. | | | | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | |
| 204. | | | | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | |
| 205. | | | | 7-14 лет | | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | |
| 206. | | | | Взрослые (льгот.кат.) | | | 20.00-20.45 | | 20.00-20.45 | |
| 207. | | | | Оздоровительное плавание Ткаченко И.А. | Взрослые, в т.ч. с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а | | 07.15-08.00 | | 07.15-08.00 |
| 208. | Взрослые с ОВЗ «Аппарель» | | 09.30-11.45 | | | | 09.30-11.45 | | | |
| 209. | 7-14 лет | | 14.00-14.45 | | | | | 14.00-14.45 | | |
| 210. | Взрослые (льгот.кат.) | | 20.45-21.30 | | | | | 11.45-12.30 | | |
| 211. | Взрослые, в т.ч. | | | | 08.00-08.45 | | | 08.00-08.45 | | |
| 212. | Лица с ОВЗ | | | | 08.45-09.30 | | | 08.45-09.30 | | |
| 213. | | | | | 11.45-12.30 | | | 11.45-12.30 | | |
| 214. | 7-14 лет | | | | | | | 14.00-14.45 | 09.30-10.15 | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|--|-------------|-------------|-------------|-------------|--|--|--|
| 215. | | | | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | | | |
| 216. | | 7-14 лет КДН | | | 15.30-16.15 | | 15.30-16.15 | | | |
| ФОК «Атлант-Косино» | | | | | | | | | | |
| 217. | Атлетическая гимнастика Алимбеков Р.Ш. | От 14 лет и Взрослые, пенсионеры, в т.ч. лица с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | 09.00-10.00 | | 09.00-10.00 | | | | |
| 218. | ОФП/ Циклический тренинг Алимбеков Р.Ш. | | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | | | |
| 219. | ОФП/Эстетическая гимнастика Алимбеков Р.Ш. | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | | | |
| 220. | Атлетическая гимнастика Алимбеков Р.Ш. | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | | |
| 221. | Атлетическая гимнастика Нечаев И.Л. | От 14 лет и взрослые, пенсионеры, в т.ч. лица с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | | 09.00-10.00 | | 09.00-10.00 | | | |
| 222. | ОФП/ Циклический тренинг Нечаев И.Л. | | | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | | |
| 223. | ОФП/ Эстетическая гимнастика Нечаев И.Л. | | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | | |
| 224. | ОФП «Группа здоровья» | Взрослые, Лица с ОВЗ, | ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | 09.00-10.30 | | 09.00-10.30 | | | | |
| 225. | Букина Г.П. | Пенсионеры | | | 09.00-10.30 | | 09.00-10.30 | | | |
| 226. | ОФП «Оздоровительная гимнастика» Букина Г.П. | Взрослые | | 10.30-11.30 | | 10.30-11.30 | | | | |
| 227. | ОФП «Дыхательная Гимнастика» Букина Г.П. | взрослые | | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | | | |
| 228. | ОФП «Группа здоровья» Букина Г.П. | Взрослые | | 11.30-13.00 | | 11.30-13.00 | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|------|-------------------------------------|-------------------------------|--|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 229. | Аэробика (Пилатес) Букина Г.П. | От 14 лет и взрослые | | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | | | |
| 230. | Скандинавская ходьба Букина Г.П. | Взрослые | | | 18.00-19.30 | | 18.00-19.30 | | | | |
| 231. | Настольный теннис Букин Г.П. | Пенсионеры, Взрослые с ОВЗ | | | 09.00-10.30 | | 09.00-10.30 | | | | |
| 232. | | | | | | 09.00-10.30 | | 09.00-10.30 | | | |
| 233. | | | | | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | | | |
| 234. | | | | | | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | | |
| 235. | | | | | | 12.00-13.30 | | 12.00-13.30 | | | |
| 236. | | | | | | | 12.00-13.30 | | 12.00-13.30 | | |
| 237. | ОФП / Футбол Корсунов А. Н. | 4-5 лет | ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | | | 12.00-13.00 | | | 12.00-13.00 | 09.00-10.00 | |
| 238. | | 5-6 лет | | | | 13.00-14.30 | | | 13.00-14.00 | 10.00-11.00 | |
| 239. | | 7-9 лет | | | | 14.30-16.00 | | | | 11.00-13.00 | |
| 240. | ОФП для лиц с ОВЗ Труфанова С.А. | 10-11 лет с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | | 14.30-15.30 | | 14.30-15.30 | | | | |
| 241. | | 12-13 лет с ОВЗ | | | | 14.30-15.30 | | 14.30-15.30 | | | |
| 242. | | 14-16 лет с ОВЗ | | | | 13.30-14.30 | | | | 13.30-14.30 | |
| 243. | | 11-12 лет с ОВЗ | | | | | | | | 14.30-15.30 | 14.30-15.30 |
| 244. | | 13-14 лет с ОВЗ | | | | | 13.30-14.30 | | 13.30-14.30 | | 09.00-10.00 |
| 245. | | 8-9 лет с ОВЗ | | | | | | 13.30-14.30 | | | 13.00-14.00 |
| 246. | | 3-5 лет с ОВЗ | | | | | | 12.00-13.00 | | | 10.00-11.00 |
| 247. | | 5-6 лет с ОВЗ | | | | | 12.00-13.00 | | | 12.00-13.00 | |
| 248. | | 7-8 лет с ОВЗ | | | | | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | |
| 249. | ОФП с эл.Айкидо Труфанова С.А. | 6-7 лет | | | 15.30-16.30 | | 15.30-16.30 | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|---|---|---------------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
| 250. | ОФП | 5-8 лет | ФОК «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а | | 09.00-10.00 | | 09.00-10.00 | | | | |
| 251. | Якусик В. | | | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | | | |
| ФОК «Альбатрос» | | | | | | | | | | | |
| 252. | 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 | | | |
| 253. | | | | | 15.30-16.15 | | 15.30-16.15 | | | | |
| 254. | | | | | 08.00-08.45 | | | | 08.00-08.45 | | |
| 255. | | | | | 08.45-09.30 | | | | 08.45-09.30 | | |
| 256. | | | | | 09.30-10.15 | | | | 09.30-10.15 | | |
| 257. | | | | | 10.15-11.00 | | | | 10.15-11.00 | | |
| 258. | | от 7 лет | | | | | | | 11.00-11.45 | 11.00-11.45 | |
| 259. | | и взрослые | | | | 11.45-12.30 | | | 11.45-12.30 | | |
| 260. | | | | | | | | 14.00-14.45 | 14.00-14.45 | | |
| 261. | | | | | | | | 12.30-13.15 | | 12.30-13.15 | |
| 262. | | | | | | 14.45-15.30 | | | | 14.45-15.30 | |
| 263. | | | | | | | | 08.45-09.30 | | 10.15-11.00 | |
| 264. | | | | | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | |
| 265. | | СОШ №2036 от 7 лет | | | | 11.00-11.45 | | | | | |
| 266. | | Оздоровительное плавание Кушниренко В.С. | | 7 – 18 лет ЦСПСиД Косино-Ухтомский | ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а | 15.30-16.15 | | 15.30-16.15 | | | |
| 267. | от 7 лет | | 08.00-08.45 | | | 08.00-08.45 | | | | | |
| 268. | и взрослые | | 09.30-10.15 | | | 09.30-10.15 | | | | | |
| 269. | | | 10.15-11.00 | | | 10.15-11.00 | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--------------------------|--------------------------------------|-----------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|-------------|-------------|
| 270. | | | | 11.00-11.45 | | 11.00-11.45 | | | | |
| 271. | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | |
| 272. | | | | 12.30-13.15 | | 12.30-13.15 | | | | |
| 273. | | | | 14.00-14.45 | | 14.00-14.45 | | | | |
| 274. | | | | 20.45-21.30 | | 20.45-21.30 | | | | |
| 275. | | | ФОК «Альбатрос» | | | | | | 14.45-15.30 | 14.00-14.45 |
| 276. | | | ул. Лухмановская, 19а | | | 07.17-08.30 | | | 14.00-14.45 | |
| 277. | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | | | | |
| 278. | | | | 07.15-08.00 | | 07.15-08.00 | | | | |
| 279. | | | | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | | | |
| 280. | | | | 11.00-11.45 | | 11.00-11.45 | | | | |
| 281. | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | | | | |
| 282. | Оздоровительное плавание | от 7 лет и взрослые | | 14.45-15.30 | | | | | | 14.45-15.30 |
| 283. | Дудин О.В. | | ФОК ЦФКиС «Альбатрос» | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | |
| 284. | | | ул. Лухмановская, 19а | 12.30-13.15 | | 12.30-13.15 | | | | |
| 285. | | | | 08.45-09.30 | | 08.45-09.30 | | | | |
| 286. | | От 7 лет РОО «Семейный очаг» | | | | | | | | 11.45-12.30 |
| 287. | | От 7 лет и взрослые РОО Косинский МК | | 15.30-16.15 | | 15.30-16.15 | | | | 09.30-10.15 |
| 288. | | От 7 лет «Косинский морской клуб» | | | | | | | 09.30-10.15 | 08.45-09.30 |
| 289. | | Взрослые | | | | | | | 10.15-11.00 | |
| 290. | Оздоровительное | от 7 лет и | ФОК ЦФКиС | | 08.45-09.30 | | 08.45-09.30 | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|---------------------|--|-----------|---|---------|---|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 291. | плавание Стукалова А.А. | Взрослые | «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а | | 20.45-21.30 | | 20.45-21.30 | | | | |
| 292. | | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | | | | |
| 293. | | | | | 12.30-13.15 | | 12.30-13.15 | | | | |
| 294. | | | | | | | 11.00-11.45 | | | 11.00-11.45 | |
| 295. | | | | | | | | 10.15-11.00 | | 09.30-10.15 | |
| 296. | | | | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | |
| 297. | | | | | | | 14.00-14.45 | | | 14.00-14.45 | |
| 298. | | | | | | | 09.30-10.15 | | | 09.30-10.15 | |
| 299. | | | | | | | | | | 12.30-13.15 | 12.30-13.15 |
| 300. | | | | | | | 11.00-11.45 | | | 11.00-11.45 | |
| 301. | | | | | | | 14.45-15.30 | | | 14.45-15.30 | |
| 302. | | | | | От 7 лет и взрослые РОО Косинский МК | | | | | 15.30-16.15 | |
| 303. | | | | | Взрослые | | | | | 20.00-20.45 | |
| 304. | ОФП с элементами танцев Соколова О.В. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а | | | | 10.00-11.30 | | 09.00-10.30 | | |
| 305. | | 9-11 лет | | | | | | 15.00-16.00 | | 10.30-12.00 | |
| 306. | | 12-16 лет | | | | | | | 16.00-17.00 | | 12.00-13.30 |
| 307. | ОФП (с элементами гимнастики) Бирук И.М. | Взрослые | | | | | | 11.30-12.15 | | 11.30-12.15 | |
| 308. | | | | | | | | 12.15-13.00 | | 12.15-13.00 | |
| 309. | | | | 3-7 лет | | | | | 13.00-14.30 | | 13.00-14.30 |
| 310. | | | | | | | | | 13.00-14.30 | 11.30-13.00 | |
| ФОК «Гелиос» | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|---|---------------|--|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
| 311. | ОФП с элементами футбола Агрелкин И.А. | 5 – 8 лет | ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | | |
| 312. | | | | | | | 13.00-14.00 | | 09.00-10.30 | |
| 313. | | | | | | 13.00-14.00 | | | 10.30-12.00 | |
| 314. | | | | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | |
| 315. | | | | | | 15.00-16.00 | | 15.00-16.00 | | |
| 316. | ОФП с элементами Художественной гимнастики Сарычева М.А. | 3-6 лет | ул. Лухмановская, 10а | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | | |
| 317. | | 7-12 лет | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | |
| 318. | | 5-10 лет | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | | |
| 319. | ОФП / Хореография Сарычева М.А. | 3-12 лет | | | 15.00-16.00 | | 15.00-16.00 | | 10.00-11.00 | |
| 320. | ОФП / Танцевальный спорт Носачева Н.Н. | Взрослые, 50+ | ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а | | 09.00-10.00 | | 09.00-10.00 | | | |
| 321. | | Взрослые | | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | | |
| 322. | | Взрослые | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | | |
| 323. | | Взрослые, 50+ | | | | | | 09.00-10.00 | 10.00-11.00 | |
| 324. | | Взрослые | | | | | | 10.00-11.00 | 11.00-12.00 | |
| 325. | ОФП Винокуров В.А. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а | | 9.00-10.30 | | | | 9.00-10.30 | |
| 326. | | | | | | | 9.00-10.30 | | 10.30-12.00 | |
| 327. | ОФП с элементами бокса Винокуров В.А. | 5 лет | ул. Лухмановская, 10а | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | | | |
| 328. | | 6-7 лет | | | 12.00-13.30 | | | 12.00-13.30 | | |
| 329. | | | | | | | 12.00-13.30 | | 14.30-16.00 | |
| 330. | | Взрослые | | | 14.30-16.00 | | 14.30-16.00 | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|------|--|-----------------------|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
| 331. | 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 | | | |
| 332. | | | | | | 09.00-10.30 | | | 12.30-14.00 | | |
| 333. | | | | | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | | 10.30-12.00 | |
| 334. | | | | | | 12.00-13.30 | | | | 17.00-18.30 | |
| 335. | | | | | | 13.30-15.00 | | | | 12.00-13.30 | |
| 336. | | | | | | | | 13.30-15.00 | | 13.30-15.00 | |
| 337. | | 6 - 9 лет | ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а | 16.00-17.00 | | 16.00-17.00 | | | | | |
| 338. | | 6 – 16 лет | | | | | 16.00-17.00 | 14.00-15.30 | | | |
| 339. | | От 10 лет и взрослые | | | | 12.00-13.30 | | | 15.30-17.00 | | |
| 340. | ОФП «Семейный фитнес» Юдакова О.Б. | взрослые | ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а | 08.30-09.30 | | | | 08.30-09.30 | | | |
| 341. | | от 3-х лет и взрослые | | 09.30-10.30 | | | | 09.30-10.30 | | | |
| 342. | | | | | | 09.30-10.30 | | 10.30-11.30 | | | |
| 343. | | | | | 10.30-11.30 | | 10.30-11.30 | | | | |
| 344. | | | | | 16.30-17.30 | | 16.30-17.30 | | | | |
| 345. | ОФП Юдакова О.Б. | 3 - 6 лет | ул. Лухмановская, 10а | 11.30-12.30 | | | | 11.30-12.30 | | | |
| 346. | | | | | 12.30-13.30 | | 11.30-12.30 | | | | |
| 347. | | | | | | | 12.30-13.30 | | 12.30-13.30 | | |
| 348. | | 7-18 лет ЦПСид | | | 14.00-15.00 | | | | 14.00-15.00 | | |
| 349. | | | | | 15.00-16.00 | | | | 15.00-16.00 | | |
| 350. | | | | | | | 14.00-15.00 | | | | |
| 351. | | | | | | | 15.00-16.00 | | | | |

| ФОК «Олимпия» | | | | | | | | | | |
|---------------|---|--------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|--|
| 352. | Оздоровительное плавание Аникина И.Н. | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | | | |
| 353. | | | | 08.45-09.30 | | 08.45-09.30 | | | | |
| 354. | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | | | | |
| 355. | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | | | | |
| 356. | | | | 11.00-11.45 | | 11.00-11.45 | | | | |
| 357. | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | | |
| 358. | | | | 14.00-14.45 | | 14.00-14.45 | | | | |
| 359. | | | | 7 – 14 лет | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | | | |
| 360. | | 16.15-17.00 | | | | 16.15-17.00 | | | | |
| 361. | Оздоровительное плавание Макарова Л.А. | 7-14 лет | ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а | | 14.45-15.30 | | 14.45-15.30 | | | |
| 362. | | | | | 16.15-17.00 | | 16.15-17.00 | | | |
| 363. | | Взрослые, в т.ч. лица с ОВЗ | | | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | | |
| 364. | | | | | 08.45-09.30 | | 08.45-09.30 | | | |
| 365. | | | | | 09.30-10.15 | | 09.30-10.15 | | | |
| 366. | | | | | 10.15-11.00 | | 10.15-11.00 | | | |
| 367. | | | | | 11.00-11.45 | | 11.00-11.45 | | | |
| 368. | | | | | 11.45-12.30 | | 11.45-12.30 | | | |
| 369. | | | | | 14.00-14.45 | | 14.00-14.45 | | | |
| 370. | Оздоровительное | Взрослые, в т.ч. лица | ФОК ЦФКиС | | | 08.00-08.45 | | 08.00-08.45 | | |

| | | | | | | | | | | |
|------|--|--------------------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--|--|
| 371. | плавание Воронин А.А. | с ОВЗ | «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а | | | 08.45- 09.30 | | 08.45- 09.30 | | |
| 372. | | | | | | 09.30- 10.15 | | 09.30- 10.15 | | |
| 373. | | | | | | 10.15- 11.00 | | 10.15- 11.00 | | |
| 374. | | | | | | 11.00- 11.45 | | 11.00- 11.45 | | |
| 375. | | | | | | 11.45- 12.30 | | 11.45- 12.30 | | |
| 376. | | | | | | 14.00- 14.45 | | 14.00- 14.45 | | |
| 377. | 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 | | | |
| 378. | | | | | 08.45- 09.30 | | 08.45- 09.30 | | | |
| 379. | | | | | 09.30- 10.15 | | 09.30- 10.15 | | | |
| 380. | | | | | 10.15- 11.00 | | 10.15- 11.00 | | | |
| 381. | | | | | 11.00- 11.45 | | 11.00- 11.45 | | | |
| 382. | | | | | 11.45- 12.30 | | 11.45- 12.30 | | | |
| 383. | | | | | 14.00- 14.45 | | 14.00- 14.45 | | | |
| 384. | ОФП Миронская С.С. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а | 9.00- 10.00 | | 9.00- 10.00 | | | | |
| 385. | | | | 10.00- 11.00 | | 10.00- 11.00 | | | | |
| 386. | | | | 11.00- 12.00 | | 11.00- 12.00 | | | | |
| 387. | | | | 12.00- 13.00 | | 12.00- 13.00 | | | | |
| 388. | | | | | 9.00- 10.00 | | 9.00- 10.00 | | | |
| 389. | | | | | 10.00- 11.00 | | 10.00- 11.00 | | | |
| 390. | | | | | 11.00- 12.00 | | 11.00- 12.00 | | | |
| 391. | | | | | 12.00- 13.00 | | 12.00- 13.00 | | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------|--|----------------------|---|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|
| 392. | | | | | | | | 9.00-10.00 | | |
| 393. | | | | | | | | 10.00-11.00 | | |
| 394. | | | | | | | | 11.00-12.00 | | |
| 395. | | | | | | | | 12.00-13.00 | | |
| ФОК «Одиссей» | | | | | | | | | | |
| 396. | Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Варновицкий Д.Н. | Взрослые | ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | | |
| 397. | | | | | 08.00-09.00 | | 08.00-09.00 | | | |
| 398. | | | | | 09.00-10.00 | | | 09.00-10.00 | | |
| 399. | | | | | | 09.00-10.00 | | 08.00-09.00 | | |
| 400. | | | | | | 08.00-09.00 | | | 10.00-11.00 | |
| 401. | | | | | | 10.00-11.00 | | 10.00-11.00 | | |
| 402. | | | | | | | | | 11.00-13.00 | |
| 403. | ОФП Варновицкий Д.Н. | взрослые | ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д | | 11.00-12.00 | | | 12.00-13.00 | | |
| 404. | | | | | 12.00-13.00 | | 12.00-13.00 | | | |
| 405. | | | | | | 11.00-12.00 | | 11.00-12.00 | | |
| 406. | | | | | | 12.00-13.00 | | 13.00-14.00 | | |
| 407. | | | | | | | 11.00-12.00 | | 09.00-10.00 | |
| 408. | 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 | | | |
| 409. | | | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | |
| 410. | | | | | 10.00-11.00 | | 11.00-12.00 | | | |
| 411. | | | | | 11.00-12.00 | | 12.00-13.00 | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|------|---|------------------------------|--|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 412. | | | | | 14.00-15.00 | | 14.00-15.00 | | | | | | |
| 413. | | | | | 16.00-17.00 | 16.00-17.00 | | | | | | | |
| 414. | | | | | 16.00-17.00 | | | 16.00-17.00 | | | | | |
| 415. | ОФП с элементами единоборств Кошкин А.П. | Взрослые | | | | 11.00-12.00 | | | | | | | |
| 416. | | | | | | 12.00-13.00 | | | | | | | |
| 417. | | | | | | | | | 11.00-12.00 | | | | |
| 418. | | | | | | | | | 12.00-13.00 | | | | |
| 419. | | | | | | | | | | | | 11.00-13.00 | |
| 420. | | | | | Мини-футбол | взрослые | | | | 15.00-16.00 | | | 15.00-16.00 |
| 421. | Кошкин А.П. | От 14 лет и взрослые | | | | | 15.00-16.00 | 16.00-17.00 | | | | | |
| 422. | Волейбол Белов А.С. | Взрослые с нарушениями слуха | | | | 20.00-21.30 | | | | 10.00-12.00 | | | |
| 423. | Волейбол | От 16 лет и Взрослые | | | | | | | | 18.00-19.30 | 19.00-20.00 | | |
| 424. | Вакарчук К.А. | | | | | | | | | 19.30-21.00 | 20.00-21.00 | | |
| 425. | Волейбол Варновицкий Д.Н. | Взрослые с ОБЗ ПНИ № 12 | | | | 13.00-14.00 | | 13.00-14.00 | | | | | |
| 426. | Волейбол Кошкин А.П. | Взрослые | | | | 12.00-14.00 | | | | | | | |
| 427. | Баскетбол Акимов | Взрослые | | | | 21.30-22.30 | | 21.30-22.30 | | | | | |
| 428. | Флорбол Макунин Р.Д. | 8-12 лет | | | | 16.00-17.00 | | 16.00-17.00 | | | | | |
| 429. | | 13-17 лет | | | | 17.00-18.00 | | 16.00-17.00 | | | | | |
| 430. | Настольный теннис Петров А.В. | Взрослые с ОБЗ ПНИ № 12 | | | | | | 13.00-14.00 | | | | | |
| 431. | Большой теннис Акимов Ю.М. | Взрослые | | | | 11.00-12.00 | | 14.00-15.00 | | | | | |

ФОК ЦФКиС
«Одиссей»
ул. Молостовых, 10д

**Секции ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы» Москомспорта
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 | Легкая атлетика, кросс по пересеченной местности Иванько А.М. | От 14 лет | ПКиО «Измайловский» Стадион «Авангард», шоссе Энтузиастов, д.33 или Манеж легкоатлетический Ул. Стромынка 4, к.1 | | 17.30-19.00 | | 17.30-19.00 | | | 14.00-15.00 |
| 2 | | Взрослые | | | 19.00-20.00 | | 19.00-20.00 | | | 15.00-16.00 |
| 3 | | Взрослые | | | | 17.30-19.00 | | 18.00-19.00 | 15.00-16.30 | |
| 4 | Футбол Морозов В.И. | 8-9 лет (ДЦП) | Пришкольный стадион ГБОУ «Школа №402» Ул. Косинская, д. 10а | | | | 18.00-19.00 | | | 12.00-13.00 |
| 5 | | 10-15 лет (ДЦП) | | | | | | 13.00-14.00 | | |
| 6 | ОФП, бег Титов И.А. | От 10 лет и старше | Парк «Измайлово» Измайловский проспект, д.77, к.2 | | | 16.15-17.30 | | 16.15-17.30 | 10.00-11.30 | |
| 7 | | | | | | 17.30-19.00 | | 17.30-19.00 | | 9.00-11.00 |
| 8 | | | | | | | | 19.00-20.30 | 8.30-10.00 | 12.00-13.00 |
| 9 | | | | | | 19.00-20.30 | | | | 11.00-12.00 |
| 10 | | | | | | 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.134)