

**Расписание
работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы»
в рамках выполнения государственного задания
с 01 апреля 2016 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.	14 лет и старше	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		09.00- 10.30		09.00- 10.30			
2.					11.00- 12.30		11.00- 12.30			
3.					16.30- 18.00		16.30- 18.00			
4.					18.00- 19.30		18.00- 19.30			12.00- 13.00
5.		ФССП 14 – 56 лет				19.00- 20.00			09.30- 11.00	
6.	Атлетическая гимнастика Нечаев И.Л.	14 лет и старше		09.00- 10.30		09.00- 10.30		09.00- 10.30		
7.					11.00- 12.30		11.00- 12.30		11.00- 12.30	
8.					16.30- 18.00		16.30- 18.00			
9.		УСЗН Взрослые 25-45		13.30- 14.30		13.30- 14.30		13.30- 14.30		
10.	ОФП с элементами дыхательной гимнастики Решинская Н.М.	Взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	09.00- 10.00		09.00- 10.00		09.00- 10.00		
11.	ОФП с элементами гимнастики Решинская Н.М.		10.00- 11.00		10.00- 11.00		10.00- 11.00			
12.	ОФП с элементами аэробики Решинская Н.М.		11.00- 12.00		11.00- 12.00		11.00- 12.00			

13.	ОФП с элементами стрейчинга Решинская Н.М.			12.00- 13.00		12.00- 13.00		12.00- 13.00			
14.	ОФП с элементами танцев Решинская Н.М.					13.00- 14.30		13.00- 14.30			
15.	ОФП Оздоровительная гимнастика Акиньшин В.Т.	Взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.30- 10.00		08.30- 10.00				
16.					10.00- 11.30		10.00- 11.30				
17.					11.30- 13.00		11.30- 13.00				
18.	ОФП Акиньшин В.Т.	Дети 10-18 лет ГБОУ Гимназия №402				08.00- 09.30					
19.						09.30- 11.00					
20.							11.00- 12.00				
21.									09.30- 10.30		
22.	Волейбол Акиньшин В.Т.	Взрослые ПНИ №26					12.00- 13.00				
23.	Скандинавская ходьба Жуков А.Г.	Взрослые			12.00- 13.00		12.00- 13.00		12.00- 13.00		
24.					13.00- 14.30		13.00- 14.30		13.00- 14.30		
25.	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			
26.				11.00- 12.30		11.00- 12.30		11.00- 12.30			
27.	ОФП с элементами пилатеса Шконда В.Б.	18 лет и старше	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	08.30- 10.00		08.30- 10.00					
28.					08.30- 10.00		08.30- 10.00				
29.					11.30- 13.00		11.30- 13.00				
30.					11.30- 13.00		11.30- 13.00				

52.										10.15-11.00
53.		Взрослые ПНИ № 12		14.00-14.45				14.00-14.45		
54.	Оздоровительное плавание Науекайтене Л.Н.	Взрослые (льготные категории)	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126			09.30-10.15			09.30-10.15	
55.						10.15-11.00			10.15-11.00	
56.						11.00-11.45			11.00-11.45	
57.						11.45-12.30			11.45-12.30	
58.				Взрослые Ветераны Посейдон			13.15-14.00			13.15-14.00
59.		Дети 7-17 лет (МБ)				14.45-15.30			14.45-15.30	
60.		Взрослые (Управа)			07.15-08.00		07.15-08.00			
61.		ГНК Дети + Взрослые					08.00-08.45			08.45-09.30
62.	ОФП Науекайтене Л.Н.	Дети 10-18 лет ГБОУ Гимназия №402	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	10.30-12.00						
63.				12.00-13.00						
64.	Волейбол Науекайтене Л.Н.	Взрослые ПНИ		13.45-14.45						
65.	Оздоровительное плавание Букин Г.В.	Взрослые (льготные категории)	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.00-08.45		08.00-08.45			
66.					08.45-09.30		08.45-09.30			
67.					09.30-10.15		09.30-10.15			
68.		Дети 7-16 лет (ББ)		14.45-15.30		14.45-15.30				
69.		Взрослые Управление СЗ района Вешняки			11.00-11.45		11.00-11.45			
70.					11.45-12.30		11.45-12.30			
71.					14.00-14.45		14.00-14.45			

72.		Взрослые «Посейдон»			13.15-14.00		13.15-14.00			
73.	Оздоровительное плавание Леонова И.О.	Взрослые (льготные категории)	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.45-09.30		08.45-09.30			08.45-09.30
74.					09.30-10.15		09.30-10.15			09.30-10.15
75.					10.15-11.00		10.15-11.00			
76.				Дети 7-17 лет (МБ)	14.45-15.30		14.45-15.30			
77.		Взрослые УФССП		20.00-20.45					10.15-11.00	
78.						20.00-20.45			11.00-11.45	
79.		Взрослые ПНИ №26		11.45-12.30		11.45-12.30				
80.		Взрослые инт-т №31							13.30-14.15	
81.		МЧС Взрослые и дети от 7 лет		20.45-21.30		20.45-21.30			11.45-12.30	
82.		Оздоровительное плавание Толкачев В.А.		Взрослые УФССП	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		20.45-21.30			
83.	Взрослые (льготные категории)			08.45-09.30					08.45-09.30	
84.				09.30-10.15					09.30-10.15	
85.				11.00-11.45					11.00-11.45	
86.				11.45-12.30					11.45-12.30	
87.				12.30-13.15					12.30-13.15	
88.	Дети 7-17 лет (ББ)		14.45-15.30						14.45-15.30	
89.	Прием нормативов ГТО Толкачев В.А.	Взрослые дети от 7 лет						13.15-14.00		
90.	ОФП Толкачев В.А.	Дети 10-18 лет ГБОУ Гимназия №402	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126					08.00-09.15		
91.									10.30-12.00	

92.								12.00-13.00			
93.	Оздоровительное плавание Глухова В.В.	Взрослые	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		07.15-08.00		07.15-08.00				
94.					11.00-11.45		11.00-11.45				
95.		Дети 7-17 лет (ББ)			15.30-16.15				12.30-13.15		
96.		Лица с ОВЗ, Мама+ребенок			09.45-10.30		09.45-10.30				
97.	Оздоровительная гимнастика Глухова В.В.	Лица с ОВЗ, Мама+ребенок	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		08.30-09.30		08.30-09.30				
98.	Прием норм-в ГТО (зал) Глухова В.В.	Взрослые						08.30-09.30			
99.	ОФП с элементами аэробики	Взрослые			13.00-14.00		13.00-14.00		13.30-14.30		
100.	Глухова В.В.				14.00-15.00		14.00-15.00		14.30-15.30		
101.	Оздоровительное плавание	Взрослые 45+	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126		10.15-11.00		10.15-11.00				
102.	Букина Г.П.				12.30-13.15		12.30-13.15				
103.	ОФП Букина Г.П.	Взрослые			08.45-10.15		08.45-10.15				
104.					11.00-12.30		11.00-12.30				
105.	ОФП Морозов В.И.	Дети 10-18 лет ГБОУ Гимназия №402	ССОК ЦФКиС «Новое поколение – Вешняки» ул. Косинская, д.126	08.00-09.30	09.00-10.00						
106.				09.30-10.30							
107.					08.00-09.00						
108.					10.00-11.00						
109.					11.00-12.00						
110.					12.00-13.00						

111.							08.00-09.00				
112.							09.00-10.00				
113.							10.00-11.00				
114.							11.00-12.00				
115.							12.00-13.00				
ФОК «Акулово»											
116.	Настольный теннис Кромин А.Н.	Дети 7-10 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		14.00-15.00		14.00-15.00		13.00-14.00		
117.		Дети 10-12 лет			15.00-16.00		15.00-16.00		14.00-15.00		
118.		Дети 12-14 лет			16.00-17.00		16.00-17.00		15.00-16.00		
119.		дети 14-17 лет, взрослые			17.00-18.00		17.00-18.00		16.00-18.00		
120.	Атлетическая гимнастика Сирин А.А.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		11.30-12.30		10.00-11.00				
121.					12.30-13.30						
122.								11.00-12.00			
123.		14 лет и старше						12.00-13.00		11.00-12.30	
124.						13.00-14.00		12.30-14.00			
125.	Аэробика (Стэп-аэробика) Спиридонова О.Ю.	8-12 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		14.00-15.00				09.00-10.00	15.00-16.30	
126.									10.00-11.00		
127.							15.00-16.00			11.00-12.00	16.30-18.00
128.										12.00-13.00	
129.	ОФП с элементами бокса	Взрослые МВД	ФОК ЦФКиС	11.30-12.30				10.00-11.00			

130.	Бамбуров В.А.		«Акулово», поселок Акулово, д.27			11.00- 12.00		11.00- 12.30					
131.						12.30- 14.00		12.00- 13.30					
132.				дети 10-14 лет			10.00- 11.30		09.30- 11.00		08.30- 10.00		
133.				дети 10-17 лет			16.00- 17.00		16.00- 17.00		16.00- 17.00		
134.							17.00- 18.00		17.00- 18.00		17.00- 18.00		
135.	Каратэ / ОФП Гришанов В.И.	дети 8-10 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		08.30- 10.00		08.30- 10.00			11.00- 12.00			
136.						15.00- 16.30		15.00- 16.30			12.00- 13.00		
137.				дети 10-14 лет			16.30- 18.00		16.30- 18.00			14.00- 15.00	
138.				Дети 7-9 лет					16.00- 17.00			13.00- 14.30	
139.									17.00- 18.00				
140.					Взрослые МВД			08.00- 09.00					
141.										10.00- 11.00			
142.									15.00- 16.00				
143.	ОФП Шкиотов А.Ю.	Дети 10-11 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27			16.00- 17.00		15.00- 16.30	14.00- 16.00				
144.		Дети 12-17 лет				17.00- 18.00		16.30- 18.00	16.00- 18.00				
145.	Оздоровительная гимнастика Шкиотова Н.И.	7-13 лет	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27			16.00- 17.00		15.00- 16.30	14.00- 16.00				
146.		14-17 лет				17.00- 18.00		16.30- 18.00	16.00- 18.00				
147.	Мини-футбол Червяков С.Ю.	дети 6-9лет	на базе СОШ № 448 «Акулово», поселок Акулово, д.43а			16.00- 17.30		15.30- 17.30	12.00- 14.00				
148.		дети 10-12 лет				17.30- 19.00		17.30- 19.00	14.00- 16.00				
149.		дети 13-14 лет				19.00- 20.30		19.00- 20.30	16.00- 17.30				

150.		18 лет и старше	ФОК ЦФКиС «Акулово», поселок Акулово, д.27		20.30- 22.00		19.15- 21.15	20.30- 22.00		
151.				19.15- 21.15		19.15- 21.15			17.30- 19.00	
ФОК «Атлант-Гольяново»										
152.	Мини-футбол Бубнов А.В.	дети 6-8 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	12.30- 14.00		12.30- 13.30		12.30- 14.00		
153.		дети 9-10 лет				13.30- 14.30			10.00- 11.30	
154.		дети 11-13 лет		14.00- 15.00				14.00- 15.00	11.30- 13.00	
155.	Баскетбол Бондарчук С.М.	Инвалиды 14 лет старше		11.00- 13.00		11.00- 12.30		11.00- 13.00		
156.	Спортивный туризм	10-16 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	19.00- 20.00			19.00- 20.00			
157.	Кашепов М.В.	от 17 лет и старше				19.00- 21.00		19.00- 21.00		
158.	ОФП (Детский фитнес) Конобевцев А.В.	Дети 4-6 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		11.00- 12.00			11.00- 12.00		
159.	Спортивные (бальные) танцы	Взрослые				13.00- 14.30			13.00- 14.30	
160.	Конобевцев А.В.	Дети 4-6 лет				12.00- 13.00			12.00- 13.00	
161.		Дети 7-12 лет				15.00- 16.00			15.00- 16.00	
162.	Атлетическая гимнастика Крайних Д.К.	14 -30 лет (льготные категории)	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	17.00- 19.00		17.00- 19.00		14.00- 16.00		
163.	Пауэрлифтинг Крайних Д.К.	Взрослые			19.00- 21.00		19.00- 21.00			
164.	Оздоровительная гимн-ка Крайних Д.К.	пенсионеры							11.00- 13.00	
165.	Пауэрлифтинг Москаленко В.П.	Взрослые				19.00- 21.00			19.00- 21.00	19.00- 21.00

166.	Атлетическая гимнастика Москаленко В.П.	14 -30 лет (льготные категории)			17.00- 19.00			17.00- 19.00	17.00- 19.00	
167.	Оздоровительная гимн-ка Москаленко В.П.	пенсионеры			11.00- 13.00		11.00- 13.00			11.00- 13.00
168.	Скалолазание Поливко В.Н.	Дети 9 лет и старше	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		15.00- 17.00		15.00- 17.00			
169.					15.00- 17.00		15.00- 17.00			
170.					17.00- 19.00		17.00- 19.00			
171.					17.00- 19.00		17.00- 19.00			
172.	Атлетическая гимнастика Рязанцев Е.Г.	14 -30 лет (льготные категории)			15.00- 17.00		15.00- 17.00			15.00- 17.00
173.	Пауэрлифтинг Рязанцев Е.Г.	Взрослые					19.00- 21.00			19.00- 21.00
174.	Скандинавская ходьба Рязанцев Е.Г.	Взрослые	Лесопарк «Лосиный остров»				12.00- 13.00			
175.	ОФП Рязанцев Е.Г.	Пенсионеры	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		10.00- 12.00		10.00- 12.00			10.00- 12.00
176.	ОФП (Цигун) Черноок Е.А.	Взрослые, лица с ОВЗ			09.00- 10.00		09.00- 10.00			
177.							10.00- 11.00		09.00- 10.00	
178.					14.00- 15.00		14.00- 15.00			
179.	ОФП Черноок Е.А.	Взрослые, лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		09.00- 10.00		09.00- 10.00			
180.						11.00- 12.00			10.00- 11.00	
181.					10.00- 11.00		13.00- 14.00			
182.	Футбол Шмыков Н.А.	Дети 11-13 лет					14.30- 16.00			
183.	Прием норм ГТО	Взрослые и дети							10.00- 13.00	

	Шмыков Н.А.										
184.	ОФП с элементами (восточных) танцев Шпагина Л.Б.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а	11.00- 12.00			11.00- 12.00				
185.				12.00- 13.00			12.00- 13.00		15.00- 16.00		
186.							13.00- 14.00		13.00- 14.00		
187.	ОФП (Гимнастика для души и тела) Шпагина Л.Б.	Взрослые		13.00- 14.00					12.00- 13.00		
188.							10.00- 11.00		11.00- 12.00		
189.	ОФП с элементами танцев Шпагина Л.Б.	Взрослые								14.00- 15.00	
190.	Атлетическая гимнастика Юрков А.Г.	лица с ОВЗ от 14 лет		ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а			15.00- 17.00			11.00- 13.00	
191.	Пауэрлифтинг Юрков А.Г.	лица с ОВЗ 14 лет и старше					17.00- 19.00	17.00- 19.00		13.00- 15.00	
192.	Прием норм ГТО Юрков А.Г.	Взрослые и дети				18.00- 21.30		15.00- 17.00			
193.	Скандинавская ходьба Юрков А.Г.	Взрослые	Лесопарк «Лосиный остров»				19.00- 20.30		15.00- 16.30		
194.	Бадминтон + н/теннис (Ракетлон) Юрков А.Г.	Дети 8-18 лет, Взрослые с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант – Гольяново» ул. Уральская, 19а		09.00- 11.00		09.00- 11.00				
195.						09.00- 11.00		09.00- 11.00			
196.						11.00- 13.00		11.00- 13.00			
197.								11.00- 13.00		11.00- 13.00	
ФОК «Касатка»											
198.	Плавание Звезинцева Ю.Н.	Лица с ОВЗ 1 гр	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а	08.00- 08.45			08.00- 08.45				
199.		Лица с ОВЗ 2 гр		08.45- 09.30			8.45- 09.30				

200.		Лица с ОВЗ (Интеграция)		09.30-10.15				09.30-10.15			
201.		Лица с ОВЗ 3 гр.				9.30-10.15		10.15-11.00			
202.		Взрослые ТЦСО			10.15-11.00		10.15-11.00				
203.		Лица с ОВЗ 4 гр.				11.00-11.45		11.00-11.45			
204.		Лица с ОВЗ 5 гр.			11.00-11.45			08.45-09.30			
205.		Взрослые			11.45-12.30		11.45-12.30				
206.		Дети				14.00-14.45		14.45-15.30			
207.					14.45-15.30		14.45-15.30				
208.		Взрослые с ОВЗ «Навигатор»		ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а		14.00-14.45			14.00-14.45		
209.		Взрослые				20.45-21.30		20.45-21.30			
210.	Плавание Болотов А.А.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а	07.15-08.00		07.15-08.00					
211.		Лица с ОВЗ 6 гр.				11.45-12.30		11.45-12.30			
212.		Лица с ОВЗ 7 гр.			11.45-12.30			10.15-11.00			
213.		Дети СОШ №1502				08.45-09.30					
214.						11.00-11.45					
215.						14.45-15.30					
216.							08.45-09.30				
217.							11.00-11.45				
218.							14.45-15.30				
219.									08.45-09.30		
220.									11.00-11.45		

241.	Плавание Ткаченко И.А.	Взрослые «Аппарель»	ФОК ЦФКиС «Касатка» ул. Молостовых, 10а		09.30-11.45		09.30-11.45			
242.		Дети			14.00-14.45				14.00-14.45	
243.		Взрослые			20.45-21.30				11.45-12.30	
244.		Лица с ОВЗ 10 гр.			08.00-08.45		08.00-08.45			
245.		Лица с ОВЗ 11 гр.			08.45-09.30		08.45-09.30			
246.		Лица с ОВЗ 12 гр.			11.45-12.30		11.45-12.30			
247.		Дети					14.00-14.45		09.30-10.15	
248.						14.45-15.30		14.45-15.30		
249.		Дети КДН				15.30-16.15		15.30-16.15		

ФОК «Атлант-Косино»

250.	Футбол Алимбеков Р.Ш.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а			19.00-21.00		19.00-21.00	09.00-10.30	
251.	ОФП (Оздоровительная гимнастика) Алимбеков Р.Ш.	Взрослые, пенсионеры, лица с ОВЗ			10.00-12.00	10.00-12.00				10.00-12.00
252.	Атлетическая гимнастика Алимбеков Р.Ш.	От 14 лет и старше								17.00-19.00
253.	Пауэрлифтинг Алимбеков Р.Ш.	Взрослые 18 -50 лет								19.00-21.00
254.	Прием нормативов ГТО Алимбеков Р.Ш.	Взрослые и дети					16.00-18.30			
255.	ОФП (Оздоровительная гимнастика) Алимбеков Р.Р.	Взрослые, пенсионеры, лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а				10.00-12.00		10.00-12.00	
256.	Атлетическая гимнастика Алимбеков Р.Р.	От 14 лет и старше			17.00-19.00		17.00-19.00		17.00-19.00	

257.	Пауэрлифтинг Алимбеков Р.Р.	Взрослые 18 -50 лет		19.00-21.00		19.00-21.00		19.00-21.00			
258.	ОФП (Оздоровительная гимнастика) Алимов Р.Р.	Взрослые, пенсионеры, лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	10.00-12.00				10.00-12.00			
259.	Атлетическая гимнастика Алимов Р.Р.	От 14 лет и старше			17.00-19.00		17.00-19.00		17.00-19.00		
260.	Пауэрлифтинг Алимов Р.Р.	Взрослые 18 -50 лет			19.00-21.00		19.00-21.00		19.00-21.00		
261.	Аэробика «Бодитрансформинг» Алимов Р.Р.	Взрослые			15.00-16.00		15.00-16.00				
262.	ОФП «Группа здоровья»	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	10.00-11.00		10.00-11.00					
263.	Букина Г.П.			12.00-13.00		12.00-13.00					
264.	ОФП «Веселая семейка» Букина Г.П.	Взрослые и дети 2-4 года		11.00-12.00		11.00-12.00					
265.	Скандинавская ходьба Букина Г.П.	Взрослые			19.00-21.00		19.00-21.00				
266.	Волейбол Букин Г.П.	14 лет и старше		17.30-19.00		17.30-19.00					
267.	Настольный теннис Букин Г.П.	12 лет и старше		14.30-16.00		14.30-16.00					
268.				16.00-17.30		16.00-17.30					
269.	ОФП (гимнастика для позвоночника)	Взрослые		ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а		11.00-12.00			11.00-12.00		
270.	Черноок Е.А.					13.00-14.00			13.00-14.00		
271.	ОФП (Цигун)					12.00-13.00			12.00-13.00		
272.	Черноок Е.А.				14.00-15.00			14.00-15.00			
273.	Футбол	Дети 7-11 лет	ФОК ЦФКиС		13.30-15.00		13.30-15.00				

274.	Коротаев И.В.	Дети 12-14 лет	«Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а		16.30-18.00		16.30-18.00			
275.	Бадминтон Коротаев И.В.	Дети 12 лет и старше			18.00-19.00		18.00-19.00			
276.	Аэробика (Интервал) Капотина Е.А.	Взрослые 16 лет и старше			19.30-20.30		19.30-20.30	20.30-21.30		
277.	Аэробика Танцевальная Капотина Е.А.	Дети 10-14 лет			16.00-17.00		16.00-17.00		15.30-16.30	
278.	Спортивные танцы Капотина Е.А.	Подростки 12-16 лет				18.30-19.30		16.00-17.00		
279.	Художественная гимнастика Капотина Е.А.	Дети 4-6 лет			17.00-18.00	16.30-17.30			16.30-17.30	
280.								18.30-19.30	17.30-19.00	
281.	Аэробика (Питатес) Никишина С.В.	От 16 лет и старше	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а		19.30-20.30				18.00-19.00	
282.	Аэробика (Шейпинг) Никишина С.В.				18.30-19.30					17.00-18.00
283.	Спортивные (бальные) танцы Спирин М.В.	Дети 4-6 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	16.00-17.00		16.00-17.00				
284.				17.00-18.00		17.00-18.00				
285.		Дети 5-7 лет		18.00-19.00		18.00-19.00				
286.		Дети 7-12 лет		19.00-20.00		19.00-20.00				
287.		Дети 8-16 лет		20.00-21.00		20.00-21.00			20.00-21.00	
288.	Теннис Спирин М.В.	Взрослые ветераны спорта	ФОК ЦФКиС «Атлант–Косино» ул. Б. Косинская, 5а	09.30-11.00		09.30-11.00		10.30-12.00		
289.	ОФП Оздоровительная гимнастика	ЦПШ дети		11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.00	11.00-12.00			
290.		Взрослые			09.00-10.00		09.00-10.00			

291.	Спирин М.В.	Дети 6-10 лет	СРЦ ул. Муромская, д.1-1			14.00-15.30		14.00-15.30		
292.	Спортивные (бальные) танцы	Дети 6-10 лет			16.00-17.30		16.00-17.30			
293.	Спирин М.В.	Дети 11-14 лет			17.30-19.00		17.30-19.00			
294.	ОФП с элементами Айкидо Труфанова С.А.	Дети 4-9 лет	ФОК ЦФКиС «Атлант-Косино» ул. Б. Косинская, 5а	16.00-17.00				15.30-16.30		
295.				15.00-16.00		15.30-16.30				
296.		Дети 8-10 лет			15.30-17.00		15.30-17.00			10.00-11.30
297.		Дети 11-14 лет				16.30-18.00		16.30-18.00		11.30-13.00
298.	ОФП для лиц с ОВЗ Труфанова С.А.	Дети с ОВЗ (10-14 лет)	ФОК ЦФКиС «Атлант-Косино» ул. Б. Косинская, 5а		14.30-15.30		14.30-15.30			
299.		Дети с ОВЗ (9-10 лет)		13.00-14.00		13.30-14.30				
300.		Дети с ОВЗ (11-13 лет)		14.00-15.00		14.30-15.30				
301.	ОФП Гимнастика для души и тела Труфанова С.А.	Взрослые		09.30-11.00		09.30-11.00				
302.	ОФП Подготовка к выполнению норм ГТО Труфанова С.А.	Дети от 6 лет и взрослые		11.00-12.00		11.00-12.00				
ФОК «Альбатрос»										
303.	Оздоровительное плавание Тырин В.В.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а		08.45-09.30		08.45-09.30			
304.					10.15-11.00		10.15-11.00			
305.					11.45-12.30		11.45-12.30			
306.		Дети от 7 лет и взрослые Управа Косино-Ухтомское			20.45-21.30		20.45-21.30			10.15-11.00
307.					20.00-20.45		20.00-20.45			10.15-11.00

308.		Взрослые и дети ЦСПСиД (многодетные)	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а		14.45- 15.30							
309.							14.45- 15.30					
310.		Дети РОО «Косинский морской клуб»				15.30- 16.15		15.30- 16.15				
		Взрослые РСВ Афганистана				07.15- 08.00		07.15- 08.00		14.45- 15.30		
		Дети СОШ №2036				11.00- 11.45						
313.	Оздоровительное плавание Салманов А.В.	Взрослые и дети ЦСПСиД (многодетные)	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а					15.30- 16.15				
314.						15.30- 16.15						
315.		Взрослые ЛМУ МО «ВОГ» 45+								10.15- 11.00		
316.						07.15- 08.00			07.15- 08.00			
317.						08.00- 08.45			08.00- 08.45			
318.						08.45- 09.30			08.45- 09.30			
319.		Взрослые				09.30- 10.15			09.30- 10.15	09.30- 10.15		
320.						10.15- 11.00			10.15- 11.00			
321.						11.00- 11.45			11.00- 11.45	11.00- 11.45		
322.						11.45- 12.30			11.45- 12.30			
323.				Дети от 7 лет и взрослые			12.30- 13.15		12.30- 13.15	12.30- 13.15		
324.				Дети от 7 лет и взрослые			20.00- 20.45		20.00- 20.45			
325.		Оздоровительное плавание Алексеева Г.П.		Дети (Морской клуб)	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а					15.30- 16.15		09.30- 10.15
326.				Дети и взрослые РОО «Семейный очаг»								
327.	Взрослые						07.15- 08.00		07.15- 08.00			

347.		Дети и взрослые РОО Косинский морской клуб		15.30- 16.15		15.30- 16.15				08.45- 09.30	
348.	Оздоровительное плавание Стукалова А.А.	Дети от 7 лет и Взрослые ГНК	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	08.45- 09.30					15.30- 16.15		
349.		Взрослые		08.00- 08.45			08.00- 08.45				
350.				09.30- 10.15			09.30- 10.15				
351.				10.15- 11.00			10.15- 11.00				
352.				11.00- 11.45			11.00- 11.45				
353.				11.45- 12.30			11.45- 12.30			11.00- 12.30	
354.				12.30- 13.15			12.30- 13.15				
355.				14.00- 14.45	Дети 7-17 лет	14.00- 14.45			14.00- 14.45		
356.		14.45- 15.30		14.45- 15.30				14.45- 15.30			
357.		Взрослые и дети ЦСПСиД						15.30- 16.15			
358.					15.30- 16.15						
359.		Взрослые Прием норм ГТО								13.15- 14.00	
360.		Взрослые ГБУЗ №66						08.45- 09.30		11.45- 12.30	
361.	ОФП с элементами танцев	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	12.00- 13.30		12.00- 13.30					
362.	Киреева К.В.	Дети 6-10 лет (льготные категории)		13.30- 15.00		13.30- 15.00					
363.	ОФП с элементами танцев	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	12.00- 13.30		12.00- 13.30					
364.	Николаев М.М.	Дети 6-10 лет		13.30- 15.00		13.30- 15.00					
365.	ОФП с элементами танцев	Дети 11-14 лет	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а			14.30- 16.00		10.30- 12.00			
366.		Дети 8-10 лет				16.00- 17.45		09.00- 10.30			

367.	Соколова О.В.	Взрослые (льготные категории)		08.30-10.00	08.30-10.00	08.30-10.00			
368.				10.00-11.30	10.00-11.30	10.00-11.30			
369.	ОФП (с элементами гимнастики) Бирук И.М.	Взрослые Дети 3-7 лет		11.30-13.00		11.30-13.00	11.00-12.30		
370.				13.00-14.00		13.00-14.00	12.30-14.00		
371.	ОФП (Дыхательная гимнастика) Акбутаев Т.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19а	09.00-10.30				12.00-13.00	14.30-16.00
372.				10.30-12.00				13.00-14.00	13.00-14.30
ФОК «Гелиос»									
373.	ОФП с элементами бокса Запруднов Е.С.	дети от 7-12 лет дети от 7-12 лет дети от 10-15 лет Взрослые и подростки от 15 лет	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а		15.30-17.00		15.30-17.00		10.00-11.30
374.					17.00-18.30		17.00-18.30		11.30-13.00
375.					18.30-20.00		18.30-20.00		13.00-14.30
376.					20.00-21.30		20.00-21.30		14.30-16.00
377.	Бокс Юсипов М.В.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а	09.00-10.30		09.00-10.30		09.00-10.30	
378.				10.30-12.00		10.30-12.00		10.30-12.00	
379.				12.00-13.30		12.00-13.30		12.00-13.30	
380.				20.00-21.30		20.00-21.30		20.00-21.30	
381.	ОФП с элементами бокса Юсипов М.В.	Дети от 14 лет и взрослые Дети 5-9 лет Дети 9-12 лет Дети 12-17 лет	ул. Лухмановская, 10а	14.30-16.00		14.30-16.00		14.30-16.00	
382.				16.00-17.00		16.00-17.00		16.00-17.00	
383.				17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30	
384.				18.30-20.00		18.30-20.00		18.30-20.00	
385.	ОФП с элементами бокса	дети 5-8 лет	ФОК ЦФКиС	16.00-17.00		16.00-17.00		16.00-17.00	

386.	Лавров В.А.	дети 9-14 лет	«Гелиос» ул. Лухмановская, 10а	17.00-18.30		17.00-18.30		17.00-18.30		
387.		дети 12-18 лет		18.30-20.00		18.30-20.00		18.30-20.00		
388.	Бокс Соловьев П.П.	Взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а		09.00-10.30		09.00-10.30			
389.					10.30-12.00		10.30-12.00			
390.					12.00-13.30		12.00-13.30		09.00-10.00	
391.					13.30-15.00		13.30-15.00		16.00-17.30	
392.					20.00-21.30		20.00-21.30		13.00-14.30	
393.				ОФП с элементами бокса Соловьев П.П.	дети от 5 лет		16.00-17.00		16.00-17.00	
394.	Дети 7-18 лет ЦСП-Сид		15.00-16.00			15.00-16.00				
395.	дети от 9 лет		17.00-18.30			17.00-18.30		10.30-11.30		
396.	дети от 14 лет		18.30-20.00			18.30-20.00		14.30-16.00		
397.	ОФП «Семейный фитнес» Юдакова О.Б.	Дети и взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос» ул. Лухмановская, 10а	09.30-10.30		09.30-10.30				
398.								09.30-10.30		09.30-11.00
399.					10.30-11.30		10.30-11.30			
400.								10.30-11.30		11.00-12.00
401.	ОФП Юдакова О.Б.	Дети 3- 6 лет	ул. Лухмановская, 10а	11.30-12.30		11.30-12.30		11.30-12.30		
402.		Взрослые		12.30-14.00		12.30-14.00		12.30-14.00		
403.				14.00-15.00		14.00-15.00				
404.								14.00-15.00		17.30-19.00
405.				РОО «Косинский	15.00-16.00				15.00-16.00	

406.		морской клуб» дети 9-15 лет				15.00- 16.00				16.00- 17.30
407.		Дети 3-5 лет			17.00- 18.30				17.00- 18.30	12.00- 13.00
408.		Дети 5-7 лет			18.30- 19.30				18.30- 19.30	13.00- 14.00
409.		Дети 9-13 лет			16.00- 17.00					14.00- 15.00
410.		Интернат №49							16.00- 17.00	15.00- 16.00
411.	ОФП		Взрослые			12.00- 13.30			12.00- 13.30	
412.	Осинцева А.В.			ФОК ЦФКиС «Гелиос»		13.30- 15.00			13.30- 15.00	
413.	Осинцева А.В.	Дети 8-11 лет		ул. Лухмановская, 10а		15.00- 16.00			15.00- 16.00	
414.	ОФП с элементами танцев	Дети 5-7 лет				16.00- 17.00			16.00- 17.00	
415.	ОФП		Взрослые	ФОК ЦФКиС «Гелиос»		09.00- 10.00			09.00- 10.00	
416.	Решинская Н.М.			ул. Лухмановская, 10а		10.00- 11.00			10.00- 11.00	
417.						11.00- 12.00			11.00- 12.00	
ФОК «Олимпия»										
418.				ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	07.15- 08.00					09.30- 10.15
419.					08.00- 08.45					10.15- 11.00
420.					08.45- 09.30					11.00- 11.45
421.	Оздоровительное плавание	Взрослые с ОВЗ			09.30- 10.15					11.45- 12.30
422.	Аникина И.Н.	(льготные категории)			10.15- 11.00					14.00- 14.45
423.					11.00- 11.45					14.45- 15.30
424.					11.45- 12.30					15.30- 16.15
425.					14.00- 14.45					16.15- 17.00

426.		Дети		14.45-15.30		14.45-15.30						
427.				16.15-17.00		16.15-17.00						
428.	Оздоровительное плавание Макарова Л.А.	Дети	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а		14.45-15.30		14.45-15.30					
429.					17.00-17.45		17.00-17.45					
430.					07.15-08.00		07.15-08.00					
431.				08.00-08.45		08.00-08.45						
432.				08.45-09.30		08.45-09.30						
433.		Взрослые ОВЗ (льготные категории)			09.30-10.15		09.30-10.15					
434.					10.15-11.00		10.15-11.00					
435.					11.00-11.45		11.00-11.45					
436.					11.45-12.30		11.45-12.30					
437.					14.00-14.45		14.00-14.45					
438.				ВЧМВД №3747 Взрослые					11.00-11.45			
439.									11.45-12.30			
440.		Оздоровительное плавание Воронин А.А.		Взрослые и дети с ОВЗ (льготные категории)	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а			07.15-08.00			09.30-10.15	
441.								08.00-08.45				10.15-11.00
442.								08.45-09.30				11.00-11.45
443.						09.30-10.15				11.45-12.30		
444.						10.15-11.00				14.00-14.45		
445.						11.00-11.45				14.45-15.30		

446.						11.45-12.30				15.30-16.15
447.						14.00-14.45				16.15-17.00
448.						14.45-15.30				17.00-17.45
449.						16.15-17.00				17.45-18.30
450.	Оздоровительное плавание Курникова Т.С.	Взрослые с ОВЗ (льготные категории)	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а		07.15-08.00		07.15-08.00			
451.					08.00-08.45		08.00-08.45			
452.					08.45-09.30		08.45-09.30			
453.					09.30-10.15		09.30-10.15			
454.					10.15-11.00		10.15-11.00			
455.					11.00-11.45		11.00-11.45			
456.					11.45-12.30		11.45-12.30			
457.	Оздоровительное плавание Дубровин А.М.	Взрослые с ОВЗ (льготные категории)	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	07.15-08.00				07.15-08.00		
458.				08.00-08.45				08.00-08.45		
459.				08.45-09.30				08.45-09.30		
460.				9.30-10.15				9.30-10.15		
461.				10.15-11.00				10.15-11.00		
462.				11.00-11.45				11.00-11.45		
463.				11.45-12.30				11.45-12.30		
464.	ОФП Балакина А.В.	Взрослые, лица с ОВЗ	ФОК ЦФКиС «Олимпия» ул. Фрязевская, 13а	09.00-10.00		09.00-10.00				
465.				10.00-11.00		10.00-11.00				

466.				11.00-12.00		11.00-12.00				
467.					09.00-10.00		09.00-10.00			
468.					10.00-11.00		10.00-11.00			
469.					11.00-12.00		11.00-12.00			
470.					13.00-14.00		13.00-14.00			
471.								09.00-10.00		10.00-11.00
472.								10.00-11.00		11.00-12.00
473.								11.00-12.00		12.00-13.00
474.		Дети		18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00		

ФОК «Одиссей»

475.	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Варновицкий Д.Н.	Жители района Взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		10.00-11.00		10.00-11.00			
476.					08.00-09.00		08.00-09.00			
477.					09.00-10.00			09.00-10.00		
478.						09.00-10.00		08.00-09.00		
479.							08.00-09.00			10.00-11.00
480.							10.00-11.00		10.00-11.00	
481.										11.00-13.00
482.	ОФП Варновицкий Д.Н.	взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		11.00-12.00			12.00-13.00		
483.					12.00-13.00		12.00-13.00			
484.						11.00-12.00		11.00-12.00		
485.						12.00-13.00		13.00-14.00		

486.							11.00-12.00		09.00-10.00		
487.	Прием нормативов ГТО Варновицкий Д.Н.	Взрослые							14.00-16.00		
488.	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Кошкин А.П.	Жители района от 14 лет	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д	8.30-10.00			09.00-10.00				
489.					13.30-15.00		13.30-15.00				
490.					16.00-17.00		16.00-17.00				
491.						16.00-17.00			16.00-17.00		
492.	ОФП с элементами единоборств Кошкин А.П.	Взрослые (УВД р-на Ивановское)	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д								
493.							11.00-13.00				
494.								11.00-13.00			
495.	Мини-футбол Кошкин А.П.	взрослые	ФОК ЦФКиС «Одиссей» ул. Молостовых, 10д		15.00-16.00				15.00-16.00		
496.		Дети		15.00-16.00		15.00-16.00					
497.							15.00-17.00				
498.	Волейбол Белов А.С.	Взрослые с нарушениями слуха		19.00-20.30					10.00-12.00		
499.	Волейбол Варновицкий Д.Н.	Взрослые ПНИ № 12			13.00-14.00		13.00-14.00				
500.	Волейбол Кошкин А.П.	Взрослые ВЧ МВД №3747		12.00-14.00							

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

№	Вид спорта,	Возрастная и соци-	Место проведения занятий	расписание
---	-------------	--------------------	--------------------------	------------

п/п	инструктор	альная категория занимающихся		Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Воск.
1.	Скандинавская ходьба Вакарчук К.А.	Гр.№1 18 и старше	Зона отдыха «Терлецкий парк» Ул. Metallургов, влад.60		15.00- 16.30		15.00- 16.30			11.00- 12.30
2.		Гр.№2 18 и старше			16.30- 18.00		16.30- 18.00			12.30- 14.00
3.	Легкая атлетика Иванько А.М.	Гр.№1 14-17 лет	Манеж им. Братьев Знаменских Ул.Стромынка, д.4						14.00- 15.00	
4.		Гр.№2 16-18 лет			18.00- 19.00		18.00- 19.00		15.00- 16.00	
5.		Гр.№3 19-22 лет				18.00- 19.00			16.00- 17.00	
6.		Гр.№4 22-52 лет			19.00- 20.00		19.00- 20.00			
7.		Гр.№5 40-50 лет			19.00- 20.00			17.00- 18.00		
		Гр.№1 14-17 лет	Стадион «Авангард» шоссе Энтузиастов, д.33				16.00- 17.00			
		Гр.№2 16-18 лет							09.00- 10.30	
		Гр.№3 19-22 лет							10.30- 12.00	
	Гр.№4 22-52 лет							12.00- 13.00		
8.	Скандинавская ходьба Курский Е.Е.	Гр.№1 18 и старше	Зона отдыха «Терлецкий парк» Ул. Metallургов, влад.60 Салтыковский лесопарк, ул.Лухмановская, д.19а	15.00- 16.30				15.00- 16.30		
9.		Гр.№2 18 и старше		12.00- 13.30		12.00- 13.30		12.00- 13.30		
10.	Футбол Морозов В.И.	Гр. №1 7-12 лет (ДЦП)	Академия им.Черенкова, Олений Вал, д.23-а		18.00- 19.00			18.00- 19.00		
11.		Гр. №2 13-17 лет (ДЦП)			19.00- 20.00		19.00- 20.00			
12.	Хоккей (Флорбол) Староверов В.М.	Гр.№1 6-12 лет	Измайловский бульвар, д.67, к.1	15.00- 16.30			15.00- 16.30	15.00- 16.30		
13.		Гр.№2 12-14 лет		16.30- 18.00			16.30- 18.00		11.00- 12.30	
14.		Гр.№3 14-16 лет						16.30- 18.00	12.30- 14.00	11.00- 12.30

15.		Гр.№4 16 -17 лет						18.00- 19.10	14.00- 15.10	12.30- 13.40	
16.		Гр.№5 18 и старше							15.10- 16.40	13.40- 15.10	
17.	Лыжные гонки (лыжероллеры, ОФП, бег, лыжи) Титов И.А.	Гр.№1 10-40 лет	Лыжный клуб Измайловский пр-т, д.77, к.2 ООПТ «Измайлово»		16.15- 17.30		16.15- 17.30		10.00- 11.30		
18.		Гр.№2 19-50 лет			17.30- 19.00		17.30- 19.00			9.00- 11.00	
19.		Гр.№3 18-35 лет (бег)					19.00- 20.30		8.30- 10.00	12.00- 13.00	
20.		Гр.№4 20-40 лет				19.00- 20.30					11.00- 12.00
21.		Гр.№5 19-50 лет				20.30- 22.00		20.30- 22.00		11.30- 13.00	
22.	Футбол Царьков Ю.Б.	Гр.№1 7-11 лет	Спортивная площадка ул. Главная, д.22	15.30- 17.00		15.30- 17.00		15.30- 17.00			
23.		Гр.№2 12-13 лет			16.00- 17.30		16.00- 17.30				
24.		Гр.№3 14-15 лет			17.00- 18.30		17.00- 18.30		17.00- 18.30		
25.		Гр.№4 16-17 лет			18.30- 20.00	17.30- 18.30		17.30- 19.00			
26.		Гр.№5 18 лет и старше				18.30- 20.00	18.30- 20.00		18.30- 20.00		
27.	Мини-футбол Георгиевский А.Ф.	Гр.№1 8-9 лет	Межшкольный стадион, спортзал СОШ №449 Ул.Ткацкая, д.47					16.00- 17.30	9.00- 10.30	9.00- 10.30	
28.		Гр.№2 10-11 лет					16.00- 17.30		11.00- 12.30	11.00- 12.30	
29.		Гр.№3 12-13 лет					16.00- 17.30		13.00- 14.30	13.00- 14.30	
30.		Гр.№4 14-15 лет						18.00- 19.30		15.00- 16.30	15.00- 16.30
31.		Гр.№4 16-17 лет							18.00- 19.30	17.00- 18.30	17.00- 18.30

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