

**Расписание  
работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп ФОК/ССОК  
ГБУ "ЦФКиС ВАО города Москвы» Москомспорта  
в рамках выполнения государственного задания с 23 ноября 2020 г.**

№ п/п	ФИО инструктора	Наименование секции	Возрастная категория занимающихся	Место проведения занятий	Расписание занятий						
					Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
1	Дудин Олег Владимирович	Оздоровительное плавание	взрослые в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Лухмановская, д. 19 А, ФОК "Альбатрос"	10.15-11.00		10.15-11.00				
2					07.15-08.00		07.15-08.00				
3					11.00-11.45		11.00-11.45				
4					09.30-10.15		09.30-10.15				
5					08.00-08.45		08.00-08.45				
6					11.45-12.30		11.45-12.30				
7					12.30-13.15		12.30-13.15				
8					08.45-09.30		08.45-09.30				
9										09.30-10.15	08.45-09.30
10	Салманов Алексей Владимирович	Оздоровительное плавание	взрослые в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Лухмановская, д. 19 А, ФОК "Альбатрос"		08.45-09.30			08.45-09.30		
11						08.00-08.45			08.00-08.45		
12						09.30-10.15			09.30-10.15		
13						10.15-11.00			10.15-11.00		
14						11.45-12.30			11.45-12.30		
15						12.30-13.15		12.30-13.15			
16						11.00-11.45			12.30-13.15		
17				ветераны Афганистана			07.15-8.00		07.15-8.00		
18					08.45-09.30		08.45-09.30				
19					20.45-21.30		20.45-21.30				
20					10.15-11.00		10.15-11.00				
21					12.30-13.15		12.30-13.15				

22	Стукалова Анастасия Алексеевна	Оздоровительное плавание	взрослые, в том числе лица с ОВЗ	ул. Лухмановская, д. 19 А, ФОК "Альбатрос"			11.00-11.45			11.00-11.45	
23						11.45-12.30		11.45-12.30			
24						14.00-14.45			14.00-14.45		
25						09.30-10.15			09.30-10.15		
26									12.30-13.15		12.30-13.15
27						11.00-11.45			11.00-11.45		
28						20.00-20.45		20.00-20.45			
29			Взрослые						10.15-11.00		
30			Курникова Татьяна Станиславовна		Оздоровительное плавание	Взрослые в том числе лица с ОВЗ	ул. Лухмановская, д. 19 А, ФОК "Альбатрос"		07.15-08.00		
31		08.00-08.45									
32		08.45-09.30									
33		09.30-10.15									
34		11.45-12.30									
35		14.00-15.00									
36				08.00-08.45							
37				08.45-09.30							
38				10.15-11.00							
39				14.45-15.30							
40								08.00-08.45			
41								08.45-09.30			
42								09.30-10.15			
43								14.00-15.00			
44									07.15-08.00		
45									08.00-08.45		
46									08.45-09.30		
47									10.15-11.00		
48									14.45-15.30		

49	Винокуров Виктор Алексеевич	ОФП гр№1	Взрослые	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"		9.00-10.00					9.00-10.00		
50		ОФП гр.№2	Взрослые						9.00-10.00			10.00-11.00	
51		ОФП гр№3	Взрослые				10.00-11.00			10.00-11.00			
52		ОФП гр№4	Взрослые				11.00-12.00			11.00-12.00			
53		ОФП гр№7	Взрослые				14.00-15.00						14.00-15.00
54		ОФП гр№8	Взрослые							14.00-15.00			15.00-16.00
55		ОФП гр№9	Взрослые				15.00-16.00			15.00-16.00			
56	Сарычева Мария Андреевна	ОФП гр№1	Взрослые	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"	11.00-12.00			11.00-12.00					
57		ОФП гр№2	Взрослые								15.00-16.00		
58		ОФП - семейный фитнес гр № 1	Взрослые			9.00-10.00				9.00-10.00			
59		ОФП - семейный фитнес гр № 2	Взрослые					9.00-10.00			10.00-11.00		
60		ОФП - семейный фитнес гр № 3	Взрослые			10.00-11.00			10.00-11.00				
61	Носачева Нонна Николаевна	ОФП/танцы гр№1	50+	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"		9.00-10.00			9.00-10.00				
62		ОФП/танцы гр№2	Взрослые				10.00-11.00			10.00-11.00			
63		ОФП/танцы гр№3	Взрослые				11.00-12.00			11.00-12.00			
64		ОФП/танцы гр№4	Взрослые				12.00-13.00				9.00-10.00		
65		ОФП/танцы гр№5	Взрослые							12.00-13.00	10.00-11.00		
66	Юсипов Марат Вильевич	ОФП гр№1	Взрослые	ул. Лухмановская, д. 10 А, ФОК "Гелиос"	9:00-10:00					9:00-10:00			
67		ОФП гр №2	Взрослые					9:00-10:00				10.00-11.00	
68		ОФП гр№3	Взрослые				10:00-11:00			10:00-11:00			
69		ОФП гр №4	Взрослые				11.00-12.00				11.00-12.00		
70		ОФП гр№5	Взрослые						11.00-12.00				11.00-12.00
71		ОФП гр№6	Взрослые				12:00-13:00						12.00-13.00

72		ОФП гр№7	Взрослые		13:00-14:00				12:00-13:00			
73		ОФП гр№12	Взрослые				12:00-13:00			14.00-15.00		
74	Алимбеков Равиль Шамильевич	ОФП ("Эстетическая гимнастика")	Взрослые, в т. ч. Инвалиды	ул. Большая Косинская, д. 5 А, ФОК "Атлант-Косино"	11.00-12.00		11.00-12.00					
75		ОФП ("Атлетическая гимнастика")			13:00-14:00		13:00-14:00					
76					17.10-18.10			17.10-18.10				
77	Букина Галина Петровна	ОФП с элементами гимнастики	Взрослые, в т. ч. Инвалиды	ул. Большая Косинская, д. 5 А, ФОК "Атлант-Косино"	11.00-12.00		11.00-12.00					
78		ОФП "Группа Здоровья"1 гр.			12.00-13.00		12.00-13.00					
79		Скандинавская ходьба	взрослые		18.00-19.00		18.00-19.00					
80	Букин Григорий Васильевич	ОФП с эл. Настольный теннис 2гр.	Взрослые, в т.ч. Инвалиды	ул. Большая Косинская, д. 5 А, ФОК "Атлант-Косино"		11.00-12.00		11.00-12.00				
81		ОФП с эл. Дартса 4гр.				12.00-13.00		12.00-13.00				
82	Труфанова Светлана Анатольевна	ОФП (лица с ОВЗ)	Взрослые, в т. ч. Инвалиды	ул. Большая Косинская, д. 5 А, ФОК "Атлант-Косино"	14.00-15.00		14.30-15.30					
83		ОФП (лица с ОВЗ)				14.30-15.30		14.30-15.30				
84		ОФП (лица с ОВЗ)				13.00-14.00			13.00-14.00			
85		ОФП (лица с ОВЗ)							14.00-15.00	13.00-14.00		
86		ОФП (лица с ОВЗ)					13.30-14.30		13.30-14.30			
87		ОФП (лица с ОВЗ)				12.00-13.00				12.00-13.00		
88	Дубровин Александр Мистиславович	Оздоровительное плавание	18 лет и старше в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Фрязевская, д. 13а, ФОК "Олимпия"		9.30-10.15		9.30-10.15				
89						10.15-11.00		10.15-11.00				
90						11.00-11.45		11.00-11.45				
91						11.45-12.30		11.45-12.30				
92						12.30-13.15		12.30-13.15				

93	Аникина Ирина Николаевна	Оздоровительное плавание	18 лет и старше в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Фрязевская, д. 13а, ФОК "Олимпия"	9.30-10.15		9.30-10.15				
94					10.15-11.00		10.15-11.00				
95					11.00-11.45		11.00-11.45				
96					11.45-12.30		11.45-12.30				
97					12.30-13.15		12.30-13.15				
98	Федотов Павел Вячеславович	Оздоровительное плавание	18 лет и старше в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Фрязевская, д. 13а, ФОК "Олимпия"			9.30-10.15		9.30-10.15		
99							10.15-11.00		10.15-11.00		
100							11.00-11.45		11.00-11.45		
101							11.45-12.30		11.45-12.30		
102							12.30-13.15		12.30-13.15		
103									20.00-20.45		
104	Нестерова Алла Михайловна	Оздоровительное плавание	18 лет и старше в т.ч. Лица с ОВЗ ББ	ул. Фрязевская, д. 13а, ФОК "Олимпия"	09.30-10.15						
105					10.15-11.00						
106					11.00-11.45						
107					11.45-12.30						
108					12.30-13.15						
109									9.30-10.15		
110									10.15-11.00		
111									11.00-11.45		
112								11.45-12.30			
113			"Посейдон" взрослые с ОВЗ					12.30-13.15			

114	Бубнов	ОФП с элементами Мини-футбола	взрослые	ул. Уральская, д. 19а, ФОК "Атлант- Гольяново"	21.00-22.00		21.00-22.00					
115	Алексей				22.00-23.00		22.00-23.00					
116	Викторович	ОФП с элементами Бадминтона	взрослые		12.00-13.00				11.00-12.00			
117							10.00-11.00		12.00-13.00			
118	Москаленко Владимир Петрович	Атлетическая гимнастика гр.1	взрослые			11.00-12.00		11.00-12.00				
119		Оздоровительная гимнастика	взрослые			12.00-13.00		12.00-13.00				
120		Атлетическая гимнастика гр.2	взрослые			13.00-14.00		13.00-14.00				
121	Никишина Светлана Вячеславовна	Аэробика (Пилатес)	взрослые	ул. Уральская, д. 19а, ФОК "Атлант- Гольяново"	13.00-14.00					14.00-15.00		
122		Аэробика (Шейпинг)	взрослые				16.00-17.00		14.00-15.00			
123		Аэробика (Табата)	взрослые				14.00-15.00				15.00-16.30	
124		Скандинавская ходьба (лесопарк Лосиный остров)	взрослые				8.30-10.00		8.30-10.00			
125	Рязанцев Евгений Генадьевич	Атлетическая гимнастика гр.1	Взрослые	ул. Уральская, д. 19а, ФОК "Атлант- Гольяново"	11.00-12.00		11.00-12.00					
126		Оздоровительная гимнастика	Взрослые		12.00-13.00		12.00-13.00					
127		Атлетическая гимнастика гр.2	Взрослые		13.00-14.00		13.00-14.00					
128	Юрков Андрей Геннадьевич	Атлетическая гимнастика	взрослые с ОВЗ	ул. Уральская, д. 19а, ФОК "Атлант- Гольяново"			11.00-12.30		11.00-12.30			
129		ОФП / Пауэрлифтинг	взрослые с ОВЗ				13.30-14.00				10.00-11.30	
130		ОФП с элементами Бадминтона	Взрослые				10.00-11.00		10.00-11.00			
131		бадминтона					9.00-10.00		9.00-10.00			
132							11.00-12.00		11.00-12.00			
133		ОФП с элементами настольного тенниса	Взрослые				12.00-13.00		12.00-13.00			
134								10.00-11.00		10.00-11.00		
135		Скандинавская ходьба (лесопарк)	Взрослые					14.30-16.00				14.30-16.00

136		ОФП / Армрестлинг	взрослые, в т.ч. с ОВЗ				14.00-15.30		11.30-13.00	
137	Глухова Виталия Викторовна	Аэробика	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ	ул. Косинская, д.126, ССОК "Новое поколение - Вешняки"		09.00-10.00		09.00-10.00		
138		Аэробика	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ			11.00-12.00		11.00-12.00		
139		Аэробика	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ			13.00-14.00		13.00-14.00		
140		Аэробика	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ			14.00-15.00		14.00-15.00		
141		ОФП / фитбол	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ			09.00-10.00		09.00-10.00		
142		ОФП / фитбол	Взрослые, в т.ч. с ОВЗ			11.00-12.00		11.00-12.00		
143	Мамиченко Мария Сергеевна	ОФП с элементами танцев	взрослые	ул. Косинская, д.126, ССОК "Новое поколение - Вешняки"	14.00-15.00		14.00-15.00			
144		ОФП для будущих мам	взрослые		12.00-13.00		12.00-13.00			
145		ОФП эл. Танца	взрослые		13.00-14.00		13.00-14.00			
146	Акиншин Виктор Трофимович	ОФП с эл. дыхательной гим	взрослые, в т.ч. Лица с ОВЗ	ул. Косинская, д.126, ССОК "Новое поколение - Вешняки"		09.00-10.00		09.00-10.00		
147		ОФП с эл. дыхательной гим				10.00-11.00		10.00-11.00		
148		ОФП с эл. дыхательной гим				11.00-12.00		11.00-12.00		
149		ОФП с эл. дыхательной гим					09.00-10.00		09.00-10.00	
150		ОФП с эл. дыхательной гим					10.00-11.00		10.00-11.00	
151		ОФП с эл. дыхательной гим					11.00-12.00		11.00-12.00	
152		ОФП с эл. Волейбола	ПНИ № 26 18-60 лет ОВЗ			12.00-13.00		12.00-13.00		
153			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		8:00-8:45		8:00-8:45			
154			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		8:45-9:30		8:45-9:30			
155			Взрослые "Итеграция" ОВЗ		9:30-10:15				9:30-10:15	
156			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				9:30-10:15		10:15-11:00	
157			Взрослые в т.ч. с ОВЗ					11:00-11:45		11:00-11:45

158	Умников Алексей Андреевич	Оздоровительное плавание	Взрослые ТЦСО	ул. Молостовых, д. 10а, ФОК "Касатка"	10:15-11:00						
159			Взрослые ТЦСО				10:15-11:00				
160			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			11:00-11:45			8:45-9:30		
161			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			11:45-12:30		11:45-12:30			
162			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			14:00-14:45			14:00-14:45		
163			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			20:45-21:30		20:45-21:30			
164	Тришкина Оксана Васильевна	Оздоровительное плавание	Взрослые (Управа)	ул. Молостовых, д. 10а, ФОК "Касатка"				7.15-8.00			
165			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		7:15-8:00		7:15-8:00				
166			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				8:00-8:45		8:00-8:45		
167			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				11:45-12:30		11:45-12:30		
168			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		11:45-12:30				10:15-11:00		
169			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		8:45-9:30				8:45-9:30		
170			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				8:45-9:30				
171			Взрослые ПНИ лица с ОВЗ		12.30-13.15				12.30-13.15		
172			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				11.00-11.45				
173			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		9:30-10:15		9:30-10:15				
174			Взрослые в т.ч. с ОВЗ		14:00-14:45		14:00-14:45				
175	Взрослые в т.ч. с ОВЗ					20.45-21.30					
176	Ткаченко Ирина Александровна	Оздоровительное плавание	Взрослые в т.ч. с ОВЗ	ул. Молостовых, д. 10а, ФОК "Касатка"		7.15-8.00		7.15-8.00			
177			"Аппарель" /взрослые ОВЗ			8:45-9:30		8:45-9:30			
178						9:30-10:15		9:30-10:15			
179			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			8:00-8:45		8:00-8:45			
180			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			10.15-11.00		10.15-11.00			



181			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			11.00-11.45		11.00-11.45			
182			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			11:45-12:30		11:45-12:30			
183			Взрослые в т.ч. с ОВЗ			20:45-21:30				11:45-12:30	
184	Пономарев Григорий Владимирович	Оздоровительное плавание	Взрослые в т.ч. с ОВЗ	ул. Молостовых, д. 10а, ФОК "Касатка"		7:15-8:00				9:30-10:15	
185			Взрослые в т.ч. с ОВЗ					7:15-8:00		10:15-11:00	
186			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				8:45-9:30			11:00-11.45	
187			Взрослые в т.ч. с ОВЗ						8:45-9:30		
188			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				11:00-11:45		11:00-11:45		
189			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				11.45-12.30		11.45-12.30		
190			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				10:15-11:00		10:15-11:00		
191			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				9:30-10:15		9:30-10:15		
192			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				20:45-21:30		20:45-21:30		
193			Взрослые в т.ч. с ОВЗ				14:00-14:45		14:00-14:45		
194	Глухова Виталия Викторовна	Оздоровительное плавание	Интернат № 31	ул. Молостовых, д. 10а, ФОК "Касатка"							14.45-15.30
195			Взрослые								11.00-11.45
196		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ			10.00-11.00		10.00-11.00			
197		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ			8.00-9.00		9.00-10.00			
198		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ			9.00-10.00			9.00-10.00		
199		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ				9.00-10.00		08.00-09.00		
200		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ				08.00-09.00			10.00-11.00	
201		Атлетическая гимнастика	Взрослые в т.ч. с ОВЗ				10.00-11.00		10.00-11.00		
202		Атлетическая гимнастика	Взрослые			15.00-16.00				11.00-12.00	
203		Атлетическая гимнастика	Взрослые			16.00-17.00				12.00-13.00	

204	Варновицкий Денис Николаевич	ОФП	Взрослые в т.ч. с ОВЗ	ул. Молостовых, д. 10д, ФОК "Одиссей"		11.00-12.00			12.00-13.00		
205		ОФП	Взрослые в т.ч. с ОВЗ			12.00-13.00		12.00-13.00			
206		ОФП	Взрослые в т.ч. с ОВЗ				11.00-12.00		11.00-12.00		
207		ОФП	Взрослые в т.ч. с ОВЗ				12.00-13.00		13.00-14.00		
208		ОФП с элементами Волейбола	Взрослые							18.30-19.30	
209										19.30-20.30	
210		ОФП с элементами Баскетбола	Взрослые				21.30-22.30		22.00-23.00		
211		ОФП с элементами Волейбола	ПНИ №12 Взрослые с ОВЗ				13.00-14.00		13.00-14.00		
212		ОФП	Взрослые						11.00-12.00		9.00-10.00
213		Кошкин Андрей Петрович	ОФП с элементами единоборств		Взрослые	ул. Молостовых, д. 10д, ФОК "Одиссей"		11.00-12.00			
214	Взрослые						11.00-12.00				
215	Взрослые				12.00-13.00						
216	Взрослые				12.00-13.00						
217	Взрослые								11.00-12.00		
218	Атлетическая гимнастика		Взрослые				17.00-18.00		13.00-14.00		
219	Атлетическая гимнастика		Взрослые				9.00-10.00		14.00-15.00		
220	Атлетическая гимнастика		Взрослые				10.00-11.00		15.00-16.00		
221	Атлетическая гимнастика		Взрослые				15.30-16.30		16.00-17.00		
222	Атлетическая гимнастика		Взрослые				16.30-17.30		16.30-17.30		
223	Атлетическая гимнастика		Взрослые				17.30-18.30		18.30-19.30		
224	Атлетическая гимнастика		Взрослые				13.00-14.00		17.30-18.30		
225	ОФП с элементами Наст. тенниса		Взрослые с ОВЗ, ПНИ 12					13.00-14.00			

226		ОФП с элементами Большого тенниса	Взрослые		11.00-12.00		14.00-15.00						
227		ОФП с элементами Волейбола	Взрослые РГ		12.00-13.00								
228	Взрослые			13.00-14.00									
229		ОФП с элементами М/футбол	Взрослые		14.00-15.00			14.00-15.00					
230			Взрослые			15.00-16.00		15.00-16.00					
231		ОФП с элементами Наст. Тенниса	Взрослые				11.00-12.00	12.00-13.00					
232			Взрослые				12.00-13.00	13.00-14.00					
233	Белов Алексей Савельевич	ОФП с элементами Волейбола	Взрослые с ОВЗ слабослышащие	ул. Молостовых, д. 10д, ФОК "Одиссей"			22.00-23.00			10.00-11.00			
234											11:00-12:00		
235	Горохов Олег Александрович	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32	7.15-08.00								
236									7.15-08.00				
237									9.35-10.20				
238									11.00-11.45		11.00-11.45		
239									11.55-12.40				
240									11.55-12.40				
241											12.10-12.55		
242											13.05-13.50		
243										13.20-14.05			
244	Гущин Анатолий Петрович	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32					7.30-8.15				
245						7.30-8.15							
246						9.35-10.20							
247									9.50-10.35		9.50-10.35		
248									12.10-12.55				
249										12.10-12.55			
250												13.05-13.50	

251					13.20-14.05									
252									14.15-15.00					
253					14.15-15.00									
254	Стенин Вячеслав Львович	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32		7.30-8.15		7.30-8.15						
255											9.35-10.20			
256									11.00-11.45					
257												12.10-12.55		
258									12.10-12.55					
259									13.05-13.50					
260												14.15-15.00		
261					Кубрин Евгений Вячеславович	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32		7.15-08.00				
262									10.45-11.30					
263									11.55-12.40					
264												12.10-12.55		
265									13.20-14.05					
266												13.05-13.50		
267												14.15-15.00		
268	Степина Татьяна Михайловна	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32					7.15-08.00					
269										7.15-08.00				
270												7.15-8.00		
271												9.35-10.20		
272									11.00-11.45					
273												11.55-12.40		
274												13.20-14.05		
275									13.05-13.50		13.05-13.50			
276											14.15-15.00			
277									7.30-8.15					

278	Козлов Роман Сергеевич	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32			7.30-8.15							
279											7.30-8.15			
280										9.50-10.35		9.50-10.35		
281									9.50-10.35					
282											12.10-12.55			
283												12.10-12.55		
284												13.20-14.05		
285												14.15-15.00		
286	Ильина Елена Евгениевна	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32		9.50-10.35								
287											9.50-10.35			
288									11.00-11.45					
289												11.00-11.45		
290										11.55-12.40				
291												11.55-12.40		
292										13.20-14.05				
293	Яшин Вадим Сергеевич	Оздоровительное плавание	Взрослые	МОЦВС Дом плавания, ул. Ибрагимова, д.32				7.15-08.00						
294									9.35-10.20					
295									12.10-12.55					
296									13.05-13.50					
297												13.20-14.05		
298										14.15-15.00				