

ГБУ «ЦФКиС Зеленоградского АО г. Москвы» Москомспорта
124482, г. Москва, г. Зеленоград, корп. 118 н/п 4 (тел/факс 8-499-762-33-60)

Расписание работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп ГБУ «ЦФКиС Зеленоградского АО г. Москвы» Москомспорта в рамках выполнения государственного задания на СЕНТЯБРЬ 2020 года

№	Вид спорта, тренер	Категория занимающихс я	Место проведения занятий	Расписание						
				ПН.	ВТ.	СР.	ЧТ.	ПТ.	СБ.	ВС.
	Мини-футбол <u>Бородин А.Н.</u>	2009-2011 г.р.	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2 (Универсальный спортивный зал)	14.00-1 6.00 ½УСЗ		14.00-1 6.00		14.00- 15.30		
		2005-2008 г.р.		16.00-1 7.30 ½УСЗ		16.00-1 7.30		15.30- 17.00		
		60+			11.00-1 2.00	09.00-1 0.00	11.00-1 2.00			
	Прием нормативов комплекса ГТО <i>(требуется предварительная запись, см. раздел «ГТО» на сайте www.zelsport.ru)</i> <u>Сизоненко В.В.</u>	6+	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2	20:00-2 1.00						
	Дартс <u>Попов А.С.</u>	от 10 лет и старше	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2		18:00-1 9:00		18:00-1 9:00			
					19:00-2 0:00		19:00-2 0:00			

	Баскетбол <u>Ибрагимов Е.А.</u>	от 8 до 11 лет (1 год обучения)	ФОК «Савелки» Озерная аллея, д.2 (Универсальный спортивный зал, зал единоборств)		15.00-1 6.00 ½ УСЗ		14.30-1 5.30 ½ УСЗ			
		от 8 до 11 лет (2 год обучения)		15.30-1 7.00½ УСЗ	16.00-1 7.30 ½ УСЗ		15.30-1 7.00 ½ УСЗ	16.00- 18.00 ЗЕ	08.00-1 0.00 УСЗ	
		12-15 лет(2 год обучения)		17.00-1 8.30 ТЗ						
		Атлетическая гимнастика 55+			14.00-1 5.00 ЗЕ		13.30-1 4.30 ЗЕ			
		Скандинавская ходьба							10.00-1 2.00	
	Карагэ <u>Сизоненко В.В.</u>	5-7 лет	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2	16:30-1 7:30		16:30-1 7:30		16:30- 17:30		
		7-10 лет		17:30-1 8:30		17:30-1 8:30		17:30- 18:30		
		10-15 лет		18:30-2 0:00		18:30-2 0:00		18:30- 20:00	10:00-1 2:00	
	Бадминтон <u>Бородин А.Н.</u>	55+/60+	ФОК «Савелки» Озерная аллея, д.2	12:00-1 3:00		13:00-1 4:00		12:00- 13:00		
				11:00-1 2:00		12:00-1 3:00		11:00- 12:00		
		от 50 и старше		11:00-1 2:00		12:00-1 3:00		11:00- 12:00		
	Спортивное ориентирование и				19:00-2 1:00			13:00- 15:00		

	туризм (допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья) Костюшин В.Н.	от 16 до 65 лет	Выезд на место по назначению						10:00-14:00	
									14:00-16:00	
	Хоккей с шайбой (ОФП) Инструктор ЦФКиС	от 13 до 16 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	16:30-17:30 (ОФП)		16:30-17:30 (ОФП)				
				17:45-18:45 (ЛЕД)		17:45-18:45 (ЛЕД)		08:00-09:00 (ЛЕД)		
				19:00-20:00 (ОФП)		19:00-20:00 (ОФП)		09:15-10:15 (ОФП)		
	Флорбол Зинин Д.Э.	от 13 до 15 лет	ФОК «Малино» корп.860		16.30-18.00		18.00-19.00			
		от 15 до 16 лет			18.00-19.30		18.00-19.00			
	Хоккей с шайбой (ОФП) Новиков Д.В.	от 9 до 12 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	15:30-16:30 (ОФП)		15:30-16:30 (ОФП)			09:00-10:00 (ОФП)	
				16:45-17:45 (ЛЕД)		16:45-17:45 (ЛЕД)		16.45-17.45 (ЛЕД)	07:00-08:30 (ЛЕД)	
	Флорбол (ОФП) Новиков Д.В.	от 8 до 14 лет	ФОК «Малино» Корп.860		15:00-16:30		15:00-16:30			

	Флорбол (ОФП) <u>Зинин Д.Э.</u>	от 8 до 14 лет	ФОК «Малино» Корп.860	10.00-1 1.00					10.00-1 1.00	
	Скандинавская (северная) ходьба <u>Картавцева Н.И.</u>	10-15 лет	По назначению (8 или 5 микрорайон)							
		16 лет и старше			20:30-2 1:30		20:30-2 1:30		12:00-1 3:00	
	Хоккей с шайбой (ОФП) <u>Зинин Д.Э.</u>	от 9 до 12 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	15:30-1 6:30 (ОФП)		15:30-1 6:30 (ОФП)			09:15-1 0:15 (ОФП)	
		от 9 до 12 лет		16:45-1 7:45 (ЛЕД)		16:45-1 7:45 (ЛЕД)			07:00-0 8:30 (ЛЕД)	
		от 13 до 16 лет		17:45-1 8:45 (ЛЕД)				16:45- 17:45 (ЛЕД)	07:00-0 8:30 (ЛЕД)	
		от 13 до 16 лет		19:00-2 0:00 (ОФП)		18:00-1 9:00 (ОФП)		18:00- 19:00 (ОФП)	09:15-1 0:15 (ОФП)	
	Хоккей с шайбой <u>Сабуров А.К.</u>	ОФП с элементами хоккея от 4 до 6 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	12.00-1 3.00 (лед)		12.00-1 3.00 (лед)		12.00- 13.00 (лед)		
	Хоккей с шайбой <u>Шамолин Д.В.</u>	ОФП с элементами хоккея от 7 до 10 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	12.00-1 3.00 (лед)		12.00-1 3.00 (лед)		12.00- 13.00 (лед)		

	Хоккей с шайбой (ОФП) <u>Зинин Д.Э.</u>	18+	ФОК «Ледовый» корп. 2045	8.15-9.3 0 (лед)			8.15-9.3 0 (лед)			
	Хоккей с шайбой (ОФП) <u>Зинин Д.Э.</u>	18+ (студенты)	ФОК «Ледовый» корп. 2045		07:00-0 8:15 (лед)					
	Фигурное катание <u>Зинин Д.Э.</u>	ФОГ-2 (дети от 7 лет)	ФОК «Ледовый» корп. 2045		13.45-1 4.45 (лед)		13.45-1 4.45 (лед)			
	Фигурное катание <u>Бодрова А.С.</u>	От 5 до 6 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (лед)		09.45- 10.45 (лед)		
	Фигурное катание <u>Бодрова А.С.</u>	18+	ФОК «Ледовый» корп. 2045		11.30-1 2.30 (офп)		11.30-1 2.30 (офп)			
	Фигурное катание <u>Бодрова А.С.</u>	От 8 до 12 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045		13.45-1 4.45 (лед)		13.45-1 4.45 (лед)			
	Фигурное катание <u>Соловьев А.Е.</u>	От 3 до 5 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (лед)		09.45- 10.45 (лед)		
	Прием норматива комплекса ГТО по плаванию <i>(требуется предварительная запись, см. раздел «ГТО» на сайте www.zelsport.ru)</i>	С 6 лет	ФОК «Малино» Корп.860	19:15-2 0.00						

	Плавание (для лиц с ОВЗ) <u>Шарапатин Ю.А.</u>	взрослые	ФОК «Малино» Корп.860		7:45-8: 30		7:45-8:3 0			
	Плавание (для лиц с ОВЗ) <u>Болденко Н.М.</u>	дети	ФОК «Малино» Корп.860				13:30-1 4:15		12.45-1 3.30	
	Мини-футбол (для лиц с ОВЗ) <u>Волков А.Н.</u>	6-12 лет	ФОК «Малино» Корп.860	15:30-1 6:30		15:30-1 6:30				
	ОФП (спортивные игры) <u>Волков А.Н.</u>	55 лет и старше /60 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860	08:15-0 9:15			08:00-1 0:00	08:15- 09:15		
11:00-1 2:00				08:00-1 0:00	13:00-1 4:00					
13:00-1 4:00							11:00- 12:00			
	Футбол (для лиц с ОВЗ) <u>Картавцева Н.И.</u>	18 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860		20:30-2 2:00					
	Волейбол <u>Картавцева Н.И.</u>	18 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860				20:30-2 2:00			18:00-19:3 0
	Айкидо <u>Картавцева Н.И.</u>	6-8 лет	ФОК «Малино» Корп.860		17:00-1 8:00		17:00-1 8:00		10:00-1 1:00	
		9-14 лет			19:00-2 0:00		19:00-2 0:00		11:00-1 2:00	
		5-7 лет							16:00-1 7:00	17:00-18:0 0

	Йога <u>Егоров Д.В.</u>	18 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860		11:00-1 3:00		11:00-1 3:00				
	Физкультура <u>Егоров Д.В.</u>	от 7 до 17 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		13:00-1 4:00		13:00-1 4:00				
	Стрельба из пневм. винт. <u>Орловская Г.В.</u>	55 лет и старше	ТИР ЦАМК ДОСААФ (Сосновая аллея, дом 4)		14:00-1 6:00		14:00-1 6:00				
	Настольный теннис <u>Костылев А.В.</u>	55 лет и старше /60 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		10.00-1 1.00		10.00-1 1.00				
								08.00-1 0.00			
		6-18 лет			16.00-1 7.00		16.00-1 7.00				
					17.00-1 8.00		17.00-1 8.00				
	Новус <u>Костылев А.В.</u>	от 12 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		13.00-1 4.00		13.00-1 4.00				
					14.00-1 5.00		14.00-1 5.00				
					15.00-1 6.00		15.00-1 6.00				
	Городошный спорт <u>Костылев А.В.</u>	От 6 лет и старше	Парк «Ровесник», 5 мкр-н						10.00-1 1.00		
						19.00-2 0.00		19.00-2 0.00		11.00-1 2.00	
						20.00-2 1.00		20.00-2 1.00			

	ОФП с элементами атлетической гимнастики (воркаут) <u>Субботин О.А.</u>	от 7 до 9 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		15.00-1 6.00		15.00-1 6.00		15.00-1 6.00	
		от 9 до 11 лет			16:00-1 7:00		16:00-1 7:00		16:00-1 7:00	
		от 11 до 13 лет			17:00-1 8:00		17:00-1 8:00		17:00-1 8:00	
		от 13 до 15 лет			18.00-1 9.00		18.00-1 9.00		18.00-1 9.00	
	ОФП с эл. силовых видов спорта <u>Субботин О.А.</u>	15 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		19:00-2 0:00		19:00-2 0:00		19:00-2 0:00	
					20:00-2 1:00		20:00-2 1:00		20:00-2 1:00	
	<u>Черлидинг</u> <u>Минаева Д.Д.</u>	от 8 до 14 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		20:00- 21:00	20:00- 21:00				
	<u>ОФП (с эл. художественной гимнастики)</u> <u>Минаева Д.Д.</u>	от 8 до 14 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1						10:00-1 1:30	
										11:30-1 3:00
	Физкультура <u>Минаева Д.Д.</u>	от 7 до 17 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		13:00-1 4:00		13:00-1 4:00			
	Фитнес-аэробика <u>Минаева Д.Д.</u>	от 5 до 18 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1	20:00-2 1:00			20:00-2 1:00			

	Кик-боксинг <u>Новиков А.В.</u>	6-9 лет	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)		15.00-1 6.00		15.00-1 6.00			
	ОФП <u>Новиков А.В.</u>	50 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		09.00-1 0.00		09.00-1 0.00			
					12.00-1 3.00		12.00 13.00			
	ОФП <u>Егоров Д.В.</u>	50 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			09:00-1 0:00		09:00- 10:00		
	Бочча (<i>допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья</i>) <u>Егоров Д.В.</u>	18 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			11:00-1 2:00		11:00- 12:00		
	Бильярд <u>Субботин О.А.</u> (<i>допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья</i>)	от 7 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)	16.00-1 7.30				16.00- 17.30		
		50 лет и старше		17.30-1 9.00		14.30-1 6.00				
							16.00- 17.30		17.30- 19.00	
	ОФП (дети с ОВЗ) <u>Бахарева А.Н.</u>	5+	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			14.00-1 5.00		15.00- 16.00		
	ОФП (дети) <u>Бахарева А.Н.</u>	3-6	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			18.00-1 9.00		19.00- 20.00		

	<u>Черлидинг</u> <u>Минаева Д.Д.</u>	13-17	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)					17.00- 18.00		
	ОФП (дети с ОВЗ) <u>Бахарева А.Н.</u>	14+	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)	14.00-1 5.00				16.00- 17.00		
	ОФП с эл.худ.гимн. <u>Махнева Л.Н.</u>	5+	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1	18.00-1 9.00	18.00-1 9.00		18.00-1 9.00	18.00- 19.00	18.00-1 9.00	
				19.00-2 0.00	19.00-2 0.00		19.00-2 0.00			