

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 ДЕКАБРЬ 2020 года

№	Вид спорта, тренер	Категория занимающихс я	Место проведения занятий	Расписание						
				ПН.	ВТ.	СР.	ЧТ.	ПТ.	СБ.	ВС.
	Мини-футбол <u>Таран Н.С.</u>	2009-2011 г.р.	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2 (Универсальный спортивный зал)	14.00-1 5.30				14.00-1 5.30		
		2005-2008 г.р.		15.30-1 7.00				15.30-1 6.30		
	Бадминтон <u>Таран Н.С.</u>	40+	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2			13.30-1 5.30				
	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>Ибрагимова Е.А.</u>	от 8 до 11 лет (1 год обучения)	ФОК «Савелки» Озерная аллея, д.2 (Универсальный спортивный зал, зал единоборств)					16.30-1 8.00	08.00-1 0.00	
	Каратэ <u>Сизоненко В.В.</u>	5-7 лет	ФОК «Савелки» Озерная аллея, 2	16:30-1 7:30		16:30-1 7:30		16:30-1 7:30		
		7-10 лет		17:30-1 8:30		17:30-1 8:30		17:30-1 8:30		
		10-15 лет		18:30-2 0:00		18:30-2 0:00		18:30-2 0:00	10:00-1 2:00	
	Спортивное ориентирование и туризм <i>(допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья)</i> <u>Костюшин В.Н.</u>	от 16 до 65 лет	Выезд на место по назначению		19:00-2 1:00			13:00-1 5:00		
								10:00-1 4:00		
								14:00-1 6:00		
	Хоккей с шайбой (ОФП) <u>Инструктор ЦФКиС</u>	от 13 до 16 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	13.15-1 4.15 (ЛЕД)		13.15-1 4.15 (ЛЕД)		13.15-1 4.15 (ЛЕД)		
	Хоккей с шайбой (ОФП) <u>Новиков Д.В.</u>	от 9 до 12 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	16:30-1 7:30 (ОФП)		16:30-1 7:30 (ОФП)		16:30-1 7:30 (ОФП)		
		от 9 до 12 лет		13.15-1 4.15 (ЛЕД)		13.15-1 4.15 (ЛЕД)		13.15-1 4.15 (ЛЕД)		

	Флорбол (ОФП) <u>Новиков Д.В.</u>	от 8 до 14 лет	ФОК «Малино» Корп.860		15:00-1 6:30		15:00-1 6:30			
	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	16:30-1 7:30 (ОФП)		16:30-1 7:30 (ОФП)		16:30-1 7:30 (ОФП)		
		от 9 до 12 лет		17:45-1 8:45 (ЛЕД)		17:45-1 8:45 (ЛЕД)		17:45-1 8:45 (ЛЕД)		
	Хоккей с шайбой <u>Зинин Д.Э.</u>	ОФП с элементами хоккея от 4 до 6 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	13.15-1 4.15 (лед)		13.15-1 4.15 (лед)		13.15-1 4.15 (лед)		
	Хоккей с шайбой <u>Лапин Г.В.</u>	ОФП с элементами хоккея от 7 до 10 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	13.15-1 4.15 (лед)		13.15-1 4.15 (лед)		13.15-1 4.15 (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>Бодрова А.С.</u>	От 3 до 6 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (лед)		
Фигурное катание <u>Бодрова А.С.</u>	От 8 до 12 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045		14.30-1 5.30 (лед)		14.15-1 5.15 (лед)			
Фигурное катание <u>Соловьев А.Е.</u>	От 5 до 7 лет	ФОК «Ледовый» корп. 2045	09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (лед)		09.45-1 0.45 (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 3:45		13.45-1 4.30	
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	08:15-0 9:15		

				11:00-12:00	08:00-10:00	13:00-14:00				
				13:00-14:00				11:00-12:00		
	Футбол (для лиц с ОВЗ) <u>Картавцева Н.И.</u>	18 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860		20:30-22:00					
	Волейбол <u>Картавцева Н.И.</u>	18 лет и старше	ФОК «Малино» Корп.860				20:30-22:00			18:00-19:30
	Айкидо <u>Картавцева Н.И.</u>	6-8 лет	ФОК «Малино» Корп.860		17:00-18:00		17:00-18:00		10:00-11:00	
		9-14 лет			19:00-20:00		19:00-20:00		11:00-12:00	
		5-7 лет							16:00-17:00	17:00-18:00
	Стрельба из пневм. винт. <u>Орловская Г.В.</u>	55 лет и старше	ТИР ЦАМК ДОСААФ (Сосновая аллея, дом 4)		14:00-16:00		14:00-16:00			
	Настольный теннис <u>Костылев А.В.</u>	55 лет и старше /60 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		10.00-11.00		10.00-11.00			
					11.00-12.00		11.00-12.00		08.00-10.00	
		6-18 лет			15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00	
					16.00-17.00		16.00-17.00		16.00-17.00	

	Новус <u>Костылев А.В.</u>	от 12 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		12.00-1 3.00		12.00-1 3.00			
					13.00-1 4.00		13.00-1 4.00			
	Йога <u>Костылев А.В.</u>	55 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		09.00-1 0.00		09.00-1 0.00			
	Городошный спорт <u>Костылев А.В.</u>	От 6 лет и старше	Парк «Ровесник», 5 мкр-н					12.00-1 3.00		
					18.30-1 9.30		18.30-1 9.30	13.00-1 4.00		
					19.30-2 0.30		19.30-2 0.30			
	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		11.00-1 2.00	
		от 9 до 11 лет			16:00-1 7:00		16:00-1 7:00		12:00-1 3:00	
		от 11 до 13 лет			17:00-1 8:00		17:00-1 8:00		13:00-1 4:00	
		от 13 до 15 лет			18.00-1 9.00		18.00-1 9.00		14.00-1 5.00	
	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		15:00-1 6:00	
					20:00-2 1:00		20:00-2 1:00		16:00-1 7:00	
	Черлидинг <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				

	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			
	Прием нормативов комплекса ГТО <i>(требуется предварительная запись, см. раздел «ГТО» на сайте www.zelsport.ru)</i> <u>Петров А.И.</u>	6 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1				18.00-2 0.00			
	Кик-боксинг <u>Новиков А.В.</u>	от 7 до 10 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1	14.00-1 5.00 15.00-1 6.00		15.00-1 6.00		14.00-1 5.00 15.00-1 6.00		
	Кик-боксинг <u>Новиков А.В.</u>	от 10 до 13 лет		16.00-1 7.00		16.00-1 7.00		16.00-1 7.00		
	Кик-боксинг <u>Новиков А.В.</u>	от 7 до 10 лет		17.00-1 8.00		17.00-1 8.00		17.00-1 8.00		
	ОФП <u>Петров А.И.</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			
					11.00-1 2.00		11.00-1 2.00			
	ОФП/атлетическая гимнастика <u>Петров А.И.</u>	13-18 лет	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1	16.00-1 7.00		16.00-1 7.00		16.00-1 7.00		
				17.00-1 8.00		17.00-1 8.00		17.00-1 8.00		

	ОФП/атлетическая гимнастика <u>Петров А.И.</u>	13-18 лет	ФОК «Малино» Корп.860	13.00-1 4.00 14.00-1 5.00		13.00-1 4.00 14.00-1 5.00		13.00-1 4.00 14.00-1 5.00		
	<u>Петров А.И.</u> Персональная тренировка		ФОК «Малино» Корп.860		12.00-1 3.00			12.00-1 3.00		
	Волейбол <u>Дерина А.А.</u> (лица с ОВЗ)	18 лет и старше	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1						20:00- 21:00	
									21.00-2 2.00	
	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 Йога (дети с ОВЗ) <u>Егоров Д.В</u>	5+	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1		14:00-1 5:00		14:00-1 5:00			
	ОФП <u>Егоров Д.В</u>	50 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			09:00-1 0:00		09:00-1 0:00		
	Бочча (допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья) <u>Егоров Д.В.</u>	18 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			11:00-1 2:00		11:00-1 2:00		

	Бильярд <u>Таран Н.</u> <i>(допуск лиц с ограниченными возможностями здоровья)</i>	50 лет и старше	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)		16.00-17.00		16.00-17.00			
					17.00-18.00		17.00-18.00			
	ОФП (дети с ОВЗ) <u>Инструктор ЦФКиС</u>	5+	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)			14.00-15.00		15.00-16.00		
	<u>Черлидинг</u> <u>Минаева Д.Д.</u>	13-17	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)					17.00-18.00		
	ОФП (дети с ОВЗ) <u>Инструктор ЦФКиС</u>	14+	ФОЦ (корпус 317А, строение 1)	14.00-15.00				16.00-17.00		
	Прием нормативов комплекса ГТО <i>(требуется предварительная запись, см. раздел «ГТО» на сайте www.zelsport.ru)</i> <u>Таран Н.</u>		ФОЦ (корпус 317А, строение 1)	10.00-11.00				10.00-11.00		
	ОФП с эл.худ.гимн. <u>Махнева Л.Н.</u>	5+	ФОК «Радуга» пр. 474 д. 3 стр. 1	18.00-19.00	18.00-19.00		18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	
				19.00-20.00	19.00-20.00		19.00-20.00			