

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор МБОУ
 г. Астрахани «СОШ № 64»
 Е.Г. Тихонова

РАСПИСАНИЕ
школьного спортивного клуба «Форпост»
2022-2023 г.

№	Творческое объединение (Спортивная секция)	Дисциплина	ФИО педагога, тренера-преподавателя	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1.	ОФП	ОФП	Юрин И.О.		11 ³⁰ -13 ⁰⁰		11 ³⁰ -13 ⁰⁰			
2.	Фитнес -аэробика	Фитнес-аэробика	Николаева С.В.	16 ⁴⁰ -18 ⁵⁰	18 ¹⁰ -20 ²⁰	16 ⁴⁰ -18 ⁵⁰	18 ¹⁰ -20 ²⁰			
3.	Фитнес-аэробика	Фитнес-аэробика	Савин М.А.	18 ³⁰ -20 ⁴⁰		18 ³⁰ -20 ⁴⁰				10 ⁰⁰ -12 ¹⁰ 12 ¹⁰ -14 ²⁰
4	Эстетическая гимнастика	Эстетическая гимнастика	Алябьева А.В.		18 ⁰⁰ -20 ¹⁰		18 ⁰⁰ -20 ¹⁰		10 ⁰⁰ -12 ¹⁰ 12 ¹⁰ -14 ²⁰	
5	Акробатика	Акробатика	Сапожников А.А.						16 ⁰⁰ -17 ³⁰ 17 ³⁰ -19 ⁰⁰	16 ⁰⁰ -17 ³⁰ 17 ³⁰ -19 ⁰⁰
6	Чирлидинг	Чирлидинг	Алябьева А.В.			14 ⁰⁰ -15 ³⁰			14 ³⁰ -16 ⁰⁰	
7	ОФП	ОФП	Ковалёва С.А.		09 ⁰⁰ -10 ²⁰	09 ⁰⁰ -10 ²⁰				
8	ОФП	ОФП	Непечатых Н.А.				09 ⁰⁰ -10 ²⁰	09 ⁰⁰ -10 ²⁰		