

Приложение к приказу 18-ахв от 26.03.2026

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГУДО ТО «СШ «ЦАВС»

А.В. Белошенко

» 18.03.2026 г.



Расписание

Учебно-тренировочных занятий на 2025-2026 учебный год

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

№ п/п	Тренер-преподаватель	Кол-во часов	Этап спортивной подготовки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

ПЛАВАНИЕ

№ п/п	Тренер-преподаватель	Кол-во часов	Этап спортивной подготовки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

ПЛАВАНИЕ

№ п/п	Тренер-преподаватель	Кол-во часов	Этап спортивной подготовки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

ГОЛБОЛ

№ п/п	Тренер-преподаватель	Кол-во часов	Этап спортивной подготовки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА

№ п/п	Тренер-преподаватель	Кол-во часов	Этап спортивной подготовки	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье

**ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ**

6	<b>БОРОДУЛИН</b> Максим Михайлович	9	ВСМ	8.00-10.00 Тулский трек	8.00-10.00 Тулский трек	8.00-10.00 Тулский трек	8.00-10.00 Тулский трек	8.00-10.00 Тулский трек	
---	--	---	-----	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	--

**СЛЕДЖ-ХОККЕЙ**

7	<b>ГОРБАЧЕВ</b> Андрей Александрович	18	НП	18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 теория ЛАЙФ-ТАЙМ	18:00-19:00 теория ЛАЙФ- ТАЙМ	18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 теория ЛАЙФ-ТАЙМ	18:00-19:00 ОФП 19:00-20:00 теория ЛАЙФ-ТАЙМ	6.30-08.30 лед 08.30-09.30 теория 09.30-10.30 броски «ЛАЙФ- ТАЙМ»	6.30-08.30 лед 08.30-09.30 теория 09.30-10.30 броски «ЛАЙФ- ТАЙМ»
---	--	----	----	--	-------------------------------------	---	---	--	--

**ФЛОРБОЛ**

8	<b>ГРАЧКОВ</b> Владимир Николаевич	9	СОГ1 СОГ2	16.00-18.00 Спортзал ТТСТ	16.00-18.00 Спортзал ТТСТ	18.00-19.30 ОСШАС	18.00-19.30 ОСШАС	10.00-12.00 ОСШАС	
---	--	---	--------------	------------------------------	------------------------------	----------------------	----------------------	----------------------	--

**ОФП**

9	<b>ГРАЧКОВА</b> Ольга Анатольевна	9	СОГ1 СОГ2	9:00-10:30 ОСШАС	12:30-14:00 ОСШАС	14:00-15:30 ОСШАС		9:00-10:30 ОСШАС	10:30-12:00 ОСШАС
---	---	---	--------------	------------------	----------------------	----------------------	--	---------------------	----------------------

**ПЛАВАНИЕ**

10	<b>ГУШИН Андрей</b> Валерьевич	18	УТ НП СОГ	17.15-19.15 ОСШАС	15.00-15.45 Бассейн «Арсенал»	17.30-19.00 зал 13.30-14.30 Бассейн ТТТУ	13.20-14.50 Бассейн ТТТУ	16.00-18.00 Бассейн ТТТУ	
				16.00-17.15 ОСШАС	15.45-16.30 Детская ванна «Арсенал»	13.30-14.30 Бассейн ТТТУ	15.45-16.30 Бассейн ТТТУ		
						14.30-15.30 Бассейн ТТТУ		13.00-13.40 зал 14.00-15.30 Бассейн ТТТУ	14.00-15.30 Бассейн ТТТУ

**АРМРЕСЛИНГ**

11	<b>ДОКШИНА</b> Ирина Николаевна	22,5	ВСМ УТ	11.30-12.15 12.30-13.15 Тренажерный зал ОСШАС	15.30-17.15 ФОК «Оружейник»	11.30-13.30 Тренажерный зал ОСШАС	15.30-17.00 ФОК «Оружейник»	11.30-13.30 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС
				09.30-10.15 10.30-11.15 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС	09.30-11.30 Тренажерный зал ОСШАС

			НП		13.00-15.00 Тренажерный зал ОСШАС		13.00-15.00 Тренажерный зал ОСШАС		
--	--	--	----	--	--------------------------------------	--	--------------------------------------	--	--

**ТХЭКВОНДО**

12	ЗИМЕНКОВА Анастасия Юрьевна	9	НП	17.30-19.00 ОСШАС Мягкий зал	17.30-19.00 ОСШАС Мягкий зал	15.00-16.30 ОСШАС Мягкий зал
			СОГ	19.00-20.30 ОСШАС Мягкий зал	19.00-20.30 ОСШАС Мягкий зал	16.30-18.00 ОСШАС Мягкий зал

**ГРЕБЛЯ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ**

13	ИВАШКО Владислав Витальевич	18	НП	10.00-11.00 15.00-17.00	10.00-11.00 15.00-17.00	10.00-11.00 15.00-17.00	10.00-11.00 15.00-17.00	10.00-11.00 15.00-17.00
			СОГ	15.00-17.00 Лесничество, квартал 105	15.00-17.00 Лесничество, квартал 105	15.00-17.00 Лесничество, квартал 105	15.00-17.00 Лесничество, квартал 105	15.00-17.00 Лесничество, квартал 105

**НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС**

14	КУЛЕШОВ Игорь Вячеславович	9	УТ	11.00-12.30 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск	11.00-12.30 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск	11.00-13.00 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск
			СОГ	12.30-13.30 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск	12.30-13.30 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск	13.00-15.00 Спортзал ДЮСШ №2 г.Новомосковск

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

15	КОРЕНЬКОВ Алексей Юрьевич	9	УТ	16.30-18.30 Парк, манеж, стадион	14.30-16.30 Манеж, тренажер	16.30-18.30 Парк, манеж, стадион	16.30-18.30 Парк, манеж, стадион	9.00-10.00 Парк, манеж, стадион
----	---------------------------	---	----	-------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------

**ВЕЛОСПОРТ**

16	КОЗАРЕНКО Валерий Николаевич	27	ВСМ1	8.00-11.00 Тульский трек	8.00-11.00 Тульский трек	8.00-11.00 Тульский трек	8.00-11.00 Тульский трек	13.00-15.00 ОСШАС
			ВСМ2	16.00-18.00 Тульский трек	16.00-18.00 Тульский трек	16.00-18.00 Тульский трек	16.00-18.00 Тульский трек	

**ГОЛБОЛ**

17	МАКОВЕЕВА Наталья Владимировна	13,5	ВСМ	11.00-14.00 МФЦ «Тулица», ОСШАС	11.00-14.00 МФЦ «Тулица», ОСШАС	11.00-14.00 МФЦ «Тулица», ОСШАС	11.00-14.00 МФЦ «Тулица», ОСШАС	12.00-13.30 МФЦ «Тулица», ОСШАС
----	--------------------------------	------	-----	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------

**ПАУЭРЛИФТИНГ**

18	МЕЛЬНИКОВ Александр Анатолеевич	27	ВСМ	10.00-13.00	п. Дубна, Красноармейская ,85	10.00-13.00	п. Дубна, Красноармейск ая,85	10.00-13.00	п. Дубна, Красноармейск ая,85	10.00-13.00	п. Дубна, Красноармейск ая,85	10.00-13.00	п. Дубна, Красноармейск ая,85	10.00-17.00	п. Дубна, Красноармейска я, 85
			УТ	14.00-17.00	п. Дубна, Красноармейская, 85	14.00-17.00	п. Дубна, Красноармейска я, 85	14.00-17.00	п. Дубна, Красноармейска я, 85	14.00-17.00	п. Дубна, Красноармейска я, 85	14.00-17.00	п. Дубна, Красноармейска я, 85		

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

19	МЕЛЬНИКОВА Галина Викторовна	22,5	ВСМ	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал	10.00-12.00	Воскресенская СОШ, спортзал
			УТ	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал	16.00-18.00	Никола-Жупань, спортзал

**ОФП**

20	НАУМОВА Нагалия Викторовна	18	СОП2	15.30-17.30	Мягкий зал ОСШАС	15.30-17.30	Мягкий зал ОСШАС	15.30-17.30	Мягкий зал ОСШАС	15.30-17.30	Мягкий зал ОСШАС	15.30-17.30	Мягкий зал ОСШАС
			СОП3		15.00-17.00	Мягкий зал ОСШАС		15.00-17.00	Мягкий зал ОСШАС		13.30-15.30	Мягкий зал ОСШАС	
			СОП1	17.30-19.30	Мягкий зал ОСШАС	17.30-19.30	Мягкий зал ОСШАС	17.30-19.30	Мягкий зал ОСШАС	17.30-19.30	Мягкий зал ОСШАС	17.30-19.30	Мягкий зал ОСШАС

**ПУЛЕВАЯ СРЕЛББА**

21	ПАРТАЛА Олег Анатолеевич	9	УТ	17.00-20.00	Стрелковый тир Тимирязева, 70	17.00-20.00	Стрелковый тир Тимирязева, 70	17.00-20.00	Стрелковый тир Тимирязева, 70	17.00-20.00	Стрелковый тир Тимирязева, 70	17.00-20.00	Стрелковый тир Тимирязева, 70
			УТ										

**НАСТОЛЫНЫЙ ТЕННИС**

22	ПОТЫЛЬЧАК Ирина Викторовна	9	УТ	12.00-15.00	ФОК «Оружейный»	12.00-15.00	ФОК «Оружейный»	12.00-15.00	ФОК «Оружейный»	12.00-15.00	ФОК «Оружейный»	12.00-15.00	ФОК «Оружейный»
			УТ										

**ПЛАВАНИЕ**

23	ПОНОМАРЕВА Инна Владимировна	22,5	СОП1	12.30-14.30	Бассейн «Арсенал»	12.30-14.30	Бассейн «Арсенал»	12.30-14.30	Бассейн «Арсенал»	12.30-14.30	Бассейн «Арсенал»	12.30-14.30	Бассейн «Арсенал»
			СОП2	14.30-16.00	Бассейн «Арсенал»	14.30-16.00	Бассейн «Арсенал»	14.30-16.00	Бассейн «Арсенал»	14.30-16.00	Бассейн «Арсенал»	14.30-16.00	Бассейн «Арсенал»
			УТ1	13.00-15.00	Бассейн «Арсенал»	13.00-15.00	Бассейн «Арсенал»	13.00-15.00	Бассейн «Арсенал»	13.00-15.00	Бассейн «Арсенал»	13.00-15.00	Бассейн «Арсенал»

		УТ2	15.00-17.30	Бассейн «Арсенал»		15.00-17.30	Бассейн «Арсенал»		«Арсенал»	15.00-17.30	Бассейн «Арсенал»	16.30-18.00	Бассейн «Арсенал»	
--	--	-----	-------------	-------------------	--	-------------	-------------------	--	-----------	-------------	-------------------	-------------	-------------------	--

**БЕЛОСПОРТ**

24	РОСТОВЦЕВ Михаил Львович	НП1	Зоткин и Годзи							14.00-16.00	Тульский трек	10.00-12.00	Тульский трек	10.00-12.00	Тульский трек	
		НП2	№33	18.00-20.00	Тренажерный зал ОСШАС					19.00-21.00	Тульский трек			18.00-20.00	Тульский трек	
		НП3	ода №17							16.00-18.00	Тренажерный зал ОСШАС			16.00-18.00	Тульский трек	8.00-10.00

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

25	РЕГУРЕЦКИЙ Олег Олегович	СОГ1		10.00-11.30	Манеж "Тулица"					10.00-11.30	Манеж "Тулица"			10.00-11.30	Манеж "Тулица"	10.00-11.30	Манеж "Тулица"
		СОГ2				10.00-11.30	Манеж "Тулица"								10.00-11.30	Манеж "Тулица"	10.00-11.30

**ТХЭКВОНДО**

26	СИНДЕЕВА Анастасия Вячеславовна	НП1		17.00 - 18:30	"Алексинская школа", г. Алексин					13:00 - 14:30	"Алексинская школа", г. Алексин					17:00-18:30, Демидовская д. 56, г. Тула	
		НП2								14.00-15.30	(Тула-Арена)						15:00-16:30, Демидовская, д. 56, г. Тула
		УТ								16.00-17.30	Мягкий зал ОСШАС						

**ПЛАВАНИЕ**

27	СЛИЗОВ Евгений Викторович	НП1		17.00-18.30	Бассейн Нов-к ДЮСШ №3					17.00-18.30	Бассейн Нов-к ДЮСШ №3			11.00-11.45	Бассейн Нов-к ДЮСШ №3	
		НП2								17.00-18.30	Бассейн Нов-к ДЮСШ №3					

**ВОЛЛЕЙБОЛ СИДЯ**

28	ТИХОМИРОВ Сергей Юрьевич	9	НП1	18.00-21.00 МСК "ТУЛИЦА"	18.00-21.00 МСК "ТУЛИЦА"	18.00-21.00 МСК "ТУЛИЦА"			
<b>НАСТОЛЫНЫЙ ТЕННИС</b>									
29	УНЧИКОВА Екатерина Викторовна	18	СС	13.00-16.00 Спортивный зал ОСШАС	13.00-16.00 Спортивный зал ОСШАС	13.00-16.00 Спортивный зал ОСШАС	14.00-17.00 Спортивный зал ОСШАС		
			НП	16.00-18.00 Спортивный зал ОСШАС	16.00-18.00 Спортивный зал ОСШАС	16.00-18.00 Спортивный зал ОСШАС	16.00-18.00 Спортивный зал ОСШАС		
<b>ПЛАВАНИЕ</b>									
30	ФАЙЗУЛОВА Милана Алексеевна	18	НП1	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	14.00-15.00 Зал ТТПУ		
			НП2	14.40-15.20 Бассейн ТТПУ 15.20-16.40 Зал ТТПУ	14.40-15.20 Бассейн ТТПУ 15.20-16.40 Зал ТТПУ	14.40-15.20 Бассейн ТТПУ 15.20-16.40 Зал ТТПУ			
			НП3	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	12.40-14.00 Зал ТТПУ 14.00-14.40 Бассейн ТТПУ	15.00-16.00 Зал ТТПУ		
<b>СПЕЦИАЛЬНЫЙ ХОККЕЙ</b>									
31	ФИЛЮКОВА Анна Владиславовна	18	НП	16.00-20.00 «ЛАЙФ-ТАЙМ»	17.00-20.00 «ЛАЙФ-ТАЙМ»	17.00-20.00 «ЛАЙФ-ТАЙМ»	16.00-19.00 «ЛАЙФ-ТАЙМ»	12.45-15.45 «ЛАЙФ-ТАЙМ»	07.30-10.30 «ЛАЙФ-ТАЙМ»
<b>ПЛАВАНИЕ</b>									
32	ФИЛИМОНОВА Тамара Сергеевна	13,5	НП	16.00-18.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	16.00-18.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	16.00-18.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	16.00-18.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	08.30-10.00 Тренажерный зал ОСШАС	
			УТ	18.00-20.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	18.00-20.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	18.00-20.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	18.00-20.00 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11	10.00-12.30 Тренажерный зал ОСШАС	11.00-12.30 Бассейн ФОК Первомайский, ул. Гагарина, 11
<b>ПЛАВАНИЕ</b>									
33	ЧЕНСКИЙ Сергей	22,5	НП	12.00-12.40				12.00-13.00	

Юревич			Зал ТГТУ 13.00-14.00 Бассейн ТГТУ					Бассейн «Арсенал»		
		УТ	14.00-14.40 Зал ТГТУ 15.00-16.00 Бассейн ТГТУ			15.00-16.00 Бассейн «Арсенал»	14.00-14.40 Зал ТГТУ 15.00-16.30 Бассейн ТГТУ		16.15-17.00 17.00-17.45 Бассейн «Арсенал»	
		ВСМ	16.20-18.00 Бассейн ТГТУ	16.00-19.00 Тренажерный зал ОСШАС	16.00-18.00 Бассейн «Арсенал»		16.00-18.30 Бассейн ТГТУ	16.00-18.00 Бассейн ТГТУ	13.00-16.00 Бассейн «Арсенал»	

**ФУТЗАЛ**

34	ЧЕНСКИЙ Юрий Владимирович	18	УТ		13.30-14.30 14.30-15.30 15.30-16.30 Академия футбола	Луначарского, 62		13.30-14.30 14.30-15.30 15.30-16.30 Академия футбола	Луначарского, 62	14.00-15.00 15.00-16.00 16.00-17.00 Тренажерный зал ОСШАС	14.00-15.00 15.00-16.00 16.00-17.00 Тренажерный зал ОСШАС	
				НП	17.00-18.00 18.00-19.00 Академия футбола	Луначарского, 62		17.00-18.00 18.00-19.00 Академия футбола	Луначарского, 62	17.00-18.00 18.00-19.00 Тренажерный зал ОСШАС		

**КАРАТЭ**

35	ЧЕПУРНОВ Олег Владиславович	22,5	СС1	16.00-18.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	16.30-18.00 ЦО №2, Галкина, 29	16.00-18.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	16.30-18.00 ЦО №2, Галкина, 29	16.00-18.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	15.30-18.00 ЦО №2, Галкина, 29	
				СС2	18.00-20.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	18.00-19.30 ЦО №2, Галкина, 29	18.00-20.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	18.00-19.30 ЦО №2, Галкина, 29	18.00-20.00 п. Косая гора, М.Горького, 15-а	18.00-20.00 ЦО №2, Галкина, 29