

РАСПИСАНИЕ

работы бесплатных секций и оздоровительных групп ГБУ «ЦФКиС ЮЗАО г. Москвы» Москомспорта

в рамках выполнения государственного задания

апрель 2021 год

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Надежда»										
Контактный телефон: 8(495)727-92-12										
1.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры	ФОК «Надежда» ул.Крупской д.1, корп 1.	7.15			7.15			
				8.00			8.00			
2.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		8.00			8.00			
				8.45			8.45			
3.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		8.45			8.45			
				9.30			9.30			
4.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		9.30			9.30			
				10.15			10.15			
5.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		10.15			10.15			
				11.00			11.00			

6.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		11.00			11.00			
				11.45			11.45			
7.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		11.45			11.45			
				12.30			12.30			
8.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		12.30			12.30			
				13.15			13.15			
9.	Плавание Кириенко В.М.	Лица с ОФВ пенсионеры		13.15			13.15			
				14.00			14.00			
10.	Плавание Кириенко В.М.	Дети льготники		15.00			15.00			
				15.45			15.45			
11.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры			7.15			7.15		
					8.00			8.00		
12.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры			8.00			8.00		
					8.45			8.45		
13.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры			8.45			8.45		
					9.30			9.30		
14.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры			9.30			9.30		
					10.15			10.15		
15.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры			10.15			10.15		
					11.00			11.00		

16.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры	ФОК «Надежда» ул. Крупской д.1, корп.1		11.00 11.45			11.00 11.45			
17.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры				11.45 12.30			11.45 12.30		
18.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры				12.30 13.15			12.30 13.15		
19.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры				13.15 14.00			13.15 14.00		
20.	Плавание Кочетов Е.С.	Лица с ОФВ пенсионеры				15.00 15.45			15.00 15.45		
21.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры					7.15 8.00			7.15 8.00	
22.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры					8.00 8.45			8.00 8.45	
23.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры					8.45 9.30			8.45 9.30	
24.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры					9.30 10.15			9.30 10.15	

25.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры	ФОК «Надежда» ул. Крупской д.1, корп 1			10.15 11.00			10.15 11.00	
26.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры				11.00 11.45			11.00 11.45	
27.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры				11.45 12.30			11.45 12.30	
28.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры				12.30 13.15			12.30 13.15	
29.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры				13.15 14.00			13.15 14.00	
30.	Плавание Огников В.В.	Лица с ОФВ пенсионеры				15.00 15.45			15.00 15.45	
31.	ОФП Непомнящих Е.Г.	дети			9.00 10.00					
32.	ОФП Непомнящих Е.Г.	дети					9.00 10.00			
33.	ОФП Непомнящих Е.Г.	Лица с ОФВ пенсионеры				12.00 13.00			12.00 13.00	

34.	ОФП Непомнящих Е.Г.	Лица с ОФВ пенсионеры						10.00 11.00		
35.	ОФП Непомнящих Е.Г.	Лица с ОФВ пенсионеры						11.00 12.00		

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Надежда»										
Контактный телефон: 8(495) 727-92-12										
1.	ОФП Непомнящих Е.Г	Лица с ОФВ пенсионеры	instagram.com\fok_nadejda	13.00 14.00			13.00 14.00			
2.	ОФП Непомнящих Е.Г	Лица с ОФВ пенсионеры			13.00 14.00			13.00 14.00		
3.	ОФП Непомнящих Е.Г	Лица с ОФВ пенсионеры				13.00 14.00				11.00 12.00

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающих ся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
Центр Единоборств «Северное Бутово» контактный телефон: +7 (495) 711-13-54										
1.	ОФП Трушин И.И.	Взрослые	ЦЕ «Северное Бутово» б-р Дмитрия Донского, 9-А	10:00 11:00				10:00 11:00		
2.	ОФП Трушин И.И.	Взрослые		11:00 12:00				11:00 12:00		
3.	ОФП с эл-ми Тхэквондо Трушин И.И.	Дети			19:30 20:30		19:30 - 20:30			
4.	ОФП с эл-ми Тхэквондо Трушин И.И.	Дети			20:30 21:30		20:30 21:30			
5.	ОФП с эл-ми УШУ Попова А.А.	Взрослые	ЦЕ «Северное Бутово» б-р Дмитрия Донского, 9-А		13:00- 14:00		13:00 14:00			
6.	ОФП с эл-ми УШУ Попова А.А.	Взрослые			14:00- 15:00		14:00 15:00			
7.	ОФП с эл-ми УШУ Попова А.А.	Дети							11:00 12:00	
8.	ОФП Волков И.О.	Взрослые	ЦЕ «Северное Бутово» б-р Дмитрия Донского, 9-А		11:00 12:00		11:00 12:00			
9.	ОФП Волков И.О.	Взрослые			12:00 13:00		12:00 13:00			

10.	ОФП с эл-ми Тхэквондо Волков И.О.	Дети		21:00 22:00						
11.	ОФП с эл-ми Тхэквондо Волков И.О.	Дети				21:00 22:00		21:00 22:00		
12.	Танцы Гинзбург А.С.	Взрослые	ЦЕ «Северное Бутово» б-р Дмитрия Донского, 9-А		10:00 1:00		10:00 11:00			
13.	Танцы Гинзбург А.С.	Дети		19:00 20:00		19:00 20:00				
14.	Танцы Гинзбург А.С.	Дети						19:00- 20:00		
15.	Пилатес Рудкина А.В.	Взрослые	ЦЕ «Северное Бутово» б-р Дмитрия Донского, 9-А		13:00 14:00		13:00 - 14:00			
16.	Пилатес Рудкина А.В.	Взрослые		14:00 5:00		14:00 15:00				
17.	Тхэквондо Рудкина А.В.	Дети							13:30 14:30	

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
Центр Единоборств «Северное Бутово»										
Контактный телефон: 8(495) 711-13-54										
1.	ОФП Трушин И.И.	Взрослые	instagram.com\ce_north_buto vo	9:00 10:00						
2.	ОФП с эл-ми УШУ Попова А.А.	Взрослые			12:00 13:00					
3.	ОФП Волков И.О.	Взрослые				14:00 15:00				
4.	Хореография Гинзбург А.С	Взрослые						15:00 16:00		
5.	Пилатес Рудкина А.В.	Взрослые					12:00 13:00			

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Солнечный» (бассейн)										
Контактный телефон: 8(495) 424-04-00										
1.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые	ФОК "Солнечный" Ул. Теплый Стан д. 9, к. 9.	8.30			8.30			
				9.15			9.15			
2.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые		09.15			09.15			
				10.00			10.00			
3.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые		10.00			10.00			
				10.45			10.45			
4.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые		10.45			10.45			
			11.30			11.30				
5.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые	11.30			11.30				
			12.15			12.15				
6.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые	12.15			12.15				
			13.00			13.00				
7.	Плавание Герасимов С.А.	Взрослые	13.00			13.00				
			13.45			13.45				

18.	Плавание Сибирцев Б.М.	Взрослые	ФОК "Солнечный" Ул. Теплый Стан д. 9, к. 9.							09.15 10.00	
19.	Плавание Сибирцев Б.М.	Многодетные семьи									10.45 11.30
20.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			8.30 9.15			8.30 9.15			
21.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			09.15 10.00			09.15 10.00			
22.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			10.00 10.45			10.00 10.45			
23.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			10.45 11.30			10.45 11.30			
24.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			11.30 12.15			11.30 12.15			
25.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			12.15 13.00			12.15 13.00			
26.	Плавание Панфилов А.Л.	Взрослые			13.00 13.45			13.00 13.45			
27.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые			12.00 13.00		12.00 13.00				

27.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые		11.00 12.00		11.00 12.00				
29.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые			11.00 12.00		11.00 12.00			

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Солнечный» (бассейн)										
Контактный телефон: 8(495) 424-04-00										
1.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые	instagram.com/fok_solnechny		09.00 10.00					
2.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые			13.00 14.00					
3.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые			14.00 15.00					
4.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые					09.00 10.00			
5.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые					13.00 14.00			
6.	ОФП Муджаев А.Н.	Взрослые					14.00 15.00			

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Гармония», ул. Саморы Машела д.6 к.4 Контактный телефон: 8(499) 726-28-94										
1.	Плавание, Гельдыев С.В.	Дети	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4					08:00- 08:45		
2.	Плавание, Гельдыев С.В.	Дети						08:45- 09:30		
3.	Плавание, Шебанов А.С.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+						10:15- 11:00		
4.	Плавание, Шебанов А.С.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+						11:00- 11:45		
5.	Плавание, Шебанов А.С.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+						11:45- 12:30		
6.	Плавание, Шебанов А.С.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+						12:30- 13:15		
7.	Плавание, Шебанов А.С.	Дети из многодетных семей						14:45- 15:30	14:45- 15:30	

8.	Плавание, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4	12:30- 13:15							
9.	Плавание, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ Фонд «Победим вместе»		13:15- 14:00; 14:00- 14:45				13:15- 14:00; 14:00- 14:45			
10.	Плавание, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ Фонд «Победим вместе»		14:45- 15:30				14:45- 15:30			
11.	ОФП, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста (ОФП) до 65+			09:00- 10:00		09:00- 10:00				
12.	ОФП, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста (ОФП) до 65+			10:00- 11:00		10:00- 11:00				
13.	Аквааэробика, Савостина Е.В.	Аквааэробика для лиц 60+			11:45- 12:30		11:45- 12:30				
14.	Плавание, Чумаченко В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+			08:00- 08:45						
15.	Плавание, Чумаченко В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+			08:45- 09:30						

16.	Плавание, Чумаченко В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4		10:15- 11:00					
17.	Плавание, Чумаченко В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+			11:00- 11:45					
18.	Плавание, Чумаченко В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+			11:45- 12:30					
19.	Плавание, Чумаченко В.А.	Дети					11:45- 12:30			
20.	Плавание, Чумаченко В.А.	Дети					10:15- 11:00			
21.	Плавание, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+			12:30- 13:15					
22.	Плавание, Чумаченко В.А.	Интернат					11:00- 11:45			
23.	Плавание, Чумаченко В.А.	Дети из многодетных семей			15:30- 16:15		15:30- 16:15			
24.	Плавание, Курбаткина С.Н.	Интернат					11:45- 12:30			
25.	Плавание, Чумаченко В.А.	Дети из многодетных семей			14:00- 14:45		14:00- 14:45			

26.	Плавание, Чумаченко В.А.	Дети из многодетных семей	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4		14:45- 15:30		14:45- 15:30			
27.	Плавание, Толстой В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+				10:15- 11:00				
28.	Плавание, Толстой В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+				11:00- 11:45				
29.	Плавание, Толстой В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+				11:45- 12:30				
30.	Плавание, Толстой В.А.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+				12:30- 13:15				
31.	Плавание, Толстой В.А.	Дети из многодетных семей				14:45- 15:30		14:45- 15:30		
32.	Плавание, Савостина Е.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+					08:00- 08:45			
33.	Плавание, Курбаткина С.Н.	Интернат				11:00- 11:45				
34.	Плавание, Курбаткина С.Н.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+					11:00- 11:45			

35.	Плавание, Курбаткина С.Н.	Дети из многодетных семей	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4					20:00- 20:45	12:30- 13:15		
36.	Плавание, Гельдыев С.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+		08:00- 08:45							
37.	Плавание, Гельдыев С.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+		08:45- 09:30							
38.	Плавание, Гельдыев С.В.	Дети						10:15- 11:00			
39.	Плавание, Гельдыев С.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+		11:00- 11:45							
40.	Плавание, Гельдыев С.В.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+		11:45- 12:30							
41.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Лица с ОВЗ Фонд «Победим вместе»				13:15- 14:00; 14:00- 14:45					
42.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Ассоциация семей в поддержку людей с особенностями развития «Краски этого мира»				11:00- 11:45					

43.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Интернат	ФОК «Гармония» Саморы Машела д.6 к.4			11:45- 12:30					
44.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+							08:45- 09:30		
45.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Лица с ОВЗ старшего возраста до 65+								08:45- 09:30	
46.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Многодетные семьи							14:00- 14:45	14:00- 14:45	
47.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Многодетные семьи							16:15- 17:00	16:15- 17:00	
48.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	ЦССВ Каховские ромашки							15:30- 16:15		
49.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	ЦССВ Каховские ромашки								14:45- 15:30	
50.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	ЦССВ Каховские ромашки								15:30- 16:15	
51.	Плавание, Хрусталеv Д.И.	Дети					14:45- 15:30				
52.	Плавание, Гельдыеv С.В.	Дети							08:00- 08:45		
53.	Плавание, Гельдыеv С.В.	Дети							08:45- 09:30		

54.	Плавание, Шебанов А.С.	Лица с ОБЗ старшего возраста до 65+						10:15- 11:00		
-----	---------------------------	---	--	--	--	--	--	-----------------	--	--

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Гармония»										
Контактный телефон: 8 (499) 726-28-94										
1.	Савостина Е.В.	Лица старшего возраста 65+	Страница в социальной сети Instagram: fok_garmonia		13:30					
2.	Савостина Е.В.	Лица старшего возраста 65+			14:00					
3.	Савостина Е.В.	Лица старшего возраста 65+			14:30					

	(1 час)									
7.	ОФП Сборная Егоров М.В. (1 час)	Взрослые	ФОК «Рекорд» Ул.Бартеневская, д.17 (Малый зал)		10:00 11:00		10:00 11:00			
8.	ОФП 3 Егоров М.В. (1 час)	Взрослые			11:00 12:30					
9.	ОФП 4 Егоров М.В. (1 час)	Взрослые					11:00 12:30			
10.	ОФП 1, Чекалов М.В. (1 час)	Дети	ФОК «Рекорд» Ул. Бартеневская, д.17 (Большой зал)		09:00 10:30					
11.	ОФП 2, Чекалов М.В. (1 час)	Дети					08:00 09:30			
12.	Секция для людей с ОВЗ (ОФП, настольные игры)	ОФП 1 Инвалиды различных категорий, пенсионеры			11:00 12:00		11:00 12:00			
13.	Чекалов Н.Д. (1 час)	ОФП 2 Инвалиды различных категорий, пенсионеры			12:00 13:00		12:00 13:00			
14.	ОФП 1 с элементами тхэквондо Чекалов Н.Д. (1 час)	дети						10:00 11:00		

15.	ОФП 2 с элементами тхэквондо Чекалов Н.Д. (1 час)	дети							11:00 12:00	
16.	ОФП 3 с элементами тхэквондо Чекалов Н.Л. (1 час)	дети							12:00 13:00	
17.	ОФП 4 с элементами тхэквондо Чекалов Н.Д. (1 час)	дети							13:00 14:00	
18.	Большой теннис 1 Сарычкв М.К. (1 час)	дети			13:00 14:00		13:00 14:00		09:00 10:00	
19.	Большой теннис 2 Сарычев М.К. (1 час)	ОФП 1 Инвалиды различных категорий, пенсионеры			14:00 15:00		14:00- 15:00		10:00 11:00	
20.	Большой теннис 3 Сарычев М.К. (1 час)	ОФП 2 Инвалиды различных категорий, пенсионеры				13:00 14:00		13:00 14:00		
21.	ОФП Сарычев М.К. (1 час)	дети				14:00 15:00		14:00 15:00		
22.	ОФП 1 Горбачев М.А. (1 час)	дети	ФОК «Рекорд» Ул.Бартеневская, д.17			20:00 21:00			20:00 21:00	

23.	ОФП 2 Горбачев М.А. (1 час)	дети	(Малый зал)					20:00 21:00		19:00 20:00
24.	Мини-футбол 1 Горбачев М.А. (1 час)	дети	ФОК «Рекорд» Ул. Бартеневская, д.17 (Большой зал)		21:00 22:00			22:00 23:00	21:00 22:00	
25.	Мини-футбол 2 Горбачев М.А. (1 час)	Взрослые инвалиды- колясочники						21:00 22:00		20:00 21:00
26.	Мини-футбол 3 Горбачев М.А. (1 час)	Взрослые инвалиды- колясочники,			22:00 23:00				22:00 23:00	21:00 22:00
27.	ОФП 1 Хореография, Снеткова Е.П. (1 час)	Дети (12 лет и старше)								13:00 14:00
28.	ОФП 2 Хореография, Снеткова Е.П. (1 час)	Дети (4-8 лет)	ФОК «Рекорд» Ул.Бартеневская, д.17 (Малый зал)						11:30 12:30	
29.	ОФП 3 Хореография, Снеткова Е.П. (1 час)	Дети (9-12 лет)			16:00 17:00					

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Рекорд»										
Контактный телефон: 8(499) 793-99-61; 8(495) 717-11-94										
1.	ОФП Егоров М.В.	Инвалиды различных категорий, пенсионеры	instagram.com\fok_rekord		09.00 10.00					
2.	ОФП Чекалов Н.Д.	Инвалиды различных категорий, пенсионеры		16.00 17.00						

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Изумрудный»										
Контактный телефон: 8(495) 715-33-56										
1.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96	08.00 08.45						
2.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ		08.45 09.30						
3.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ		11.00 11.45						
4.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ		11.45 12.30						
5.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ		12.30 13.15						
6.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ					08.00 08.45			
7.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ					08.45 09.30			
8.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ					11.00 11.45			
9.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ					11.45 12.30			
10.	Плавание, Маршалкин А.В.	Лица с ОВЗ					12.30 13.15			
11.	Плавание, Бийелич Н.А.	2009(10)					11.00 11.45			
12.	Плавание, Бийелич Н.А.	Дети из многодетных семей					14.00 14.45			

13.	Плавание, Бийелич Н.А.	1354 ДК Теремок	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96				08.00 08.45			
14.	Плавание, Бийелич Н.А.	2009(10)					11.00 11.45			
15.	Плавание, Бийелич Н.А.	1355								08.00 08.45
16.	Плавание, Горбачев М.	Взрослые (Глухонемые)					21.30 22.15			12.30 13.15
17.	Плавание, Бийелич Н.А.	1161								16.15 17.00
18.	Плавание, Ванюков И.А.	Детская спортивная группа			07.15 08.00			07.15 08.00		
19.	Плавание, Ванюков И.А.	Детская спортивная группа				07.15 08.00				17.45 18.30
20.	Плавание, Ванюков И.А.	Детская спортивная группа				07.15 08.00			07.15 08.00	
21.	Плавание, Ванюков И.А.	Взрослые				08.00 08.45				
22.	Плавание, Ванюков И.А.	Взрослые							08.00 08.45	
23.	Плавание, Ванюков И.А.	Детский дом интернат							10.15 11.00	
24.	Плавание, Ванюков И.А.	Детский дом интернат				14.00 14.45				
25.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ				08.00 08.45				

26.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96		08.45 09.30					
27.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ			11.00 11.45					
28.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ			11.45 12.30					
29.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ			12.30 13.15					
30.	Плавание, Клочкова О.С.	Дети из многодетных семей			14.00 14.45			14.00 14.45		
31.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ						08.00 08.45		
32.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ						08.45 09.30		
33.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ						11.00 11.45		
34.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ						11.45 12.30		
35.	Плавание, Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ						12.30 13.15		
36.	Плавание, Беликова Е.М.	2009(10)			11.00 11.45					
37.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ				08.00 08.45				
38.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ				08.45 09.30				
39.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ				11.00 11.45				
40.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ				11.45 12.30				
41.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ				12.30 13.15				

42.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96							13.15	14.00	
43.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ									14.45	15.30
44.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ									17.45	18.30
45.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ									18.30	19.15
46.	Плавание, Беликова Е.М.	Лица с ОВЗ									19.15	20.00
47.	Плавание, Беликова Е.М.	Дети из многодетных семей									14.00	14.45
48.	Плавание, Давыдова Е.В.	1355				08.00						
49.	Плавание, Давыдова Е.В.	1355				08.45						
50.	Плавание, Давыдова Е.В.	Многодетные семьи								11.00		
										11.45		
51.	Плавание, Давыдов Д.Е.	2009(10)	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96			11.00						
						11.45						
52.	Плавание, Давыдов Д.Е.	Многодетные семьи									08.00	08.45
53.	Плавание, Давыдов Д.Е.	Многодетные семьи									11.00	11.45
54.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354								08.00	08.45	
55.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354								08.45	09.30	
56.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354								09.30	10.15	
57.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354							10.15	11.00		

58.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354	ФОК «Изумрудный» Ул. Южнобутовская д.96						11.45 12.30	
59.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354							12.30 13.15	
60.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354							13.15 14.00	
61.	Плавание, Давыдов Д.Е.	1354							14.00 14.45	

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Изумрудный»										
Контактный телефон: 8 (495) 715-33-56										
1.	ОФП Ванюков И.А.	Лица с ОВЗ	instagram.com\fok_izumrudnii					8.45		
2.	ОФП Клочкова О.С.	Лица с ОВЗ			13.30					

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимаю щихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Сфера» Контактный телефон: 8(909) 975 45 27										
1.	Кузьмичев Александр Александрович Настольный теннис	Взрослые	Спортивный зал г. Москва ул. Новочерёмушкинская д.34, к.2	10.30 12.00						
2.	Товмсян Арташес Товмасович Футбол	Взрослые			22.00 23.00					20.00 21.00
3.	Товмсян Арташес Товмасович Футбол	Взрослые				22.00 23.00				
4.	Товмсян Арташес Товмасович Футбол	Дети							18.00 19.00	18.00 19.00
5.	Васильева Ольга Николаевна Волейбол	Взрослые							19.00 20.30	
6.	Васильева Ольга Николаевна Волейбол	Взрослые							20.30 22.00	

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ФОК «Сфера»										
Контактный телефон: 8(909) 975 45 27										
1.	Кузьмичев Александр Александрович ОФП	Пенсионеры	Онлайн Инстаграм (cfcs.sfera)	8.30		9.00				
2.	Кузьмичев Александр Александрович ОФП	Пенсионеры; Взрослые (для лиц с овз)		9.30		10.00				
3.	Кузьмичев Александр Александрович ОФП	Пенсионеры				11.00				

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ДИВС «Содружество»										
Контактный телефон: 8(495) 427-99-67										
1.	Н/теннис Абрамов Б.А.	Взрослые	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество» Арена 1 площадка		08.00 09.00		08.00 09.00			
2.	Н/теннис Абрамов Б.А.	Взрослые			09.00 10.00		09.00 10.00			
3.	Футбол Лягин М.В.	Дети 8-11 лет	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество» Арена 1, 2 площадка	15.00 16.00		15.00 16.00				
4.	Футбол Лягин М.В.	Дети 12-15 лет			17.00 18.00		17.00 18.00			
5.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые			08.00 09.00		09.00 10.00			
6.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые			09.00 10.00			09.00 10.00		
7.	Н/теннис, ОФП Калашников А.М.	Взрослые			11.00 12.00			11.00 12.00		
8.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые			12.00 13.00		11.00 12.00			
9.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые				11.00 12.00		11.00 12.00		
10.	Н/теннис, ОФП Калашников А.М.	Взрослые				12.00 13.00		12.00 13.00		
11.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые					08.00 09.00		08.00 09.00	

12.	Н/теннис, ОФП Калашников А.М.	Взрослые				12.00 13.00		12.00 13.00		
13.	Н/теннис Калашников А.М.	Взрослые	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество» Арена 2 площадка		08.00 09.00		08.00 09.00			
14.	Н/теннис, дартс, новус, шашки, шахматы Калашников А.М.	Взрослые			09.00 10.00		09.00 10.00			
15.	Теннис Абрамов Б.А.	Взрослые				13.00 14.00		14.00 15.00 (м/зал)		
16.	Футбол Назаров А.А.	Дети			18.00 19.00		18.00 19.00			
17.	Футбол Лягин М.В.	Взрослые	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество» Арена, 3 площадка		20.00 21.00		20.00 21.00			
18.	Футбол Лягин М.В.	Взрослые			21.00 22.00		21.00 22.00			
19.	Бадминтон Сергеева Н.В.	Взрослые				13.00 14.00 (м/зал)		12.00 13.00		
20.	Бадминтон Сергеева Н.В.	Взрослые				14.00 15.00		13.00 14.00		
21.	Бадминтон Сергеева Н.В.	Взрослые				15.00 16.00		14.00 15.00		
22.	ОФП Сергеева Н.В.	Взрослые						15.00 16.00		
23.	Баскетбол Щербаков И.А.	Для лиц с ПОДА			11.00 12.30		11.00 12.30			
24.	Баскетбол Щербаков И.А.	Для лиц с ПОДА				11.00 12.30		11.00 12.30		

25.	Баскетбол Щербаков И.А.	Для лиц с ПОДА		12.30 14.00		12.30 14.00				
26.	Баскетбол Щербаков И.А.	Для лиц с ПОДА			12.30 14.00		12.30 14.00			
27.	Волейбол Артемова С.А.	Дети 7-9 лет			14.00 15.00		14.30 15.30			
28.	Волейбол Артемова С.А.	Дети 9-11 лет			15.00 16.00		15.30 16.30			
29.	Волейбол Артемова С.А.	Дети 11-13 лет			16.00 17.00		16.30 17.30			
30.	Тхэквондо Назаров А.А.	Дети	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество» Малый зал	17.00 18.00		17.00 18.00				
31.	ОФП Назаров А.А.	Дети						17.00 18.00		
32.	ОФП Назаров А.А.	Дети						18.00 19.00		
33.	Волейбол Абрамов Б.А.	Взрослые				09.30 10.30				
34.	Волейбол Абрамов Б.А.	Взрослые				10.30 12.00				
35.	Оздор/гимнастик а Абрамов Б.А.	Взрослые			10.00 11.00					
36.	Танц/спорт Абрамов Б.А.	Взрослые			11.00 12.00				12.00 13.00	
37.	Фитнес Сергеева Н.В.	Взрослые				12.00 13.00			11.00 12.00	
38.	ОФП Назаров А.А.	Дети				16.30 17.30		16.30 17.30		
39.	ОФП Назаров А.А.	Дети				17.30 18.30		17.30 18.30		

40.	ОФП Назаров А.А.	Дети			18.30 19.30		18.30 19.30			
41.	ОФП Васильева О.Н.	Взрослые							14.30 15.30	
42.	Волейбол Васильева О.Н.	Взрослые							15.30 16.30	
43.	ОФП Васильева О.Н.	Взрослые							17.00 18.00	
44.	Волейбол Васильева О.Н.	Взрослые	Новоясеневский пр-кт, д. 30, ДИВС «Содружество»						18.00 19.00	
45.	Волейбол Назаров А.А.	Взрослые							19.30 21.00	
46.	ОФП Горбачев М.А.	ЛОФВ								14.00 15.30
47.	ОФП Горбачев М.А.	ЛОФВ								15.30 17.00
48.	ОФП Васильева О.Н.	Взрослые								17.30 18.30
49.	Волейбол Васильева О.Н.	Взрослые								18.30 19.30
50.	ОФП Сергеева Н.В.	Взрослые						10.00 11.00		
51.	ОФП Абрамов Б.А.	Взрослые			10.00 11.00		10.00 11.00			
52.	ОФП Бортников И.Г.	Взрослые			15.00 16.00			15.00 16.00		
53.	ОФП Бортников И.Г.	Взрослые				16.00 17.00		16.00 17.00		
54.	ОФП Бортников И.Г.	Взрослые			18.00 19.00		18.00 19.00			

Расписание онлайн занятий

№ п/п	Вид спорта, инструктор	Категория занимающихся	Место проведения занятий, адрес	Расписание						
				Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	Вс.
ДИВС «Содружество» Контактный телефон: 8(495) 427-99-67										
1.	ОФП-онлайн Калашников А.М.	Взрослые 65+			10.00			10.00		
2.	ОФП-онлайн Сергеева Н.В.	Взрослые 65+				16.00		16.00		