

РАСПИСАНИЕ работы физкультурно-спортивных занятий МАУ "ЦСИ" в Ленинском районе

МАРТ 2026 г.

№	ИНСТРУКТОР	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1	Амелина Наталья Валерьевна (отпуск 17-19.03)		16:30-19:30 АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	09:00-13:00 АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	16:30-19:30 АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)			
2	Инкина Ирина Александровна		10:00-11:00 ПЛАТЕС (продвинутый уровень) возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		10:00-11:00 ПЛАТЕС (продвинутый уровень) возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)			
			11:00-12:00 ПЛАТЕС (начальный уровень) возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		11:00-12:00 ПЛАТЕС (начальный уровень) возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)			
		13:00-15:00 ПЛАТЕС (группа сформирована) возраст: 30-80 и старше Школа танцев ЮДИ (пр.Мира, д.28)	12:00-13:00 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	13:00-15:00 ПЛАТЕС (группа сформирована) возраст: 30-80 и старше Школа танцев ЮДИ (пр.Мира, д.28)	12:00-13:00 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ возраст: 30-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	13:00-15:00 ПЛАТЕС (группа сформирована) возраст: 30-80 и старше Школа танцев ЮДИ (пр.Мира, д.28)		
3	Казакова Софья Юрьевна	09:00-11:00 11:30 - 15:30 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		09:00-11:00 11:30 - 15:30 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		09:00-11:00 11:30 - 15:30 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		
4	Казакова Татьяна Владимировна	09:00-11:00 14:00-16:00 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		09:00-11:00 14:00-16:00 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		09:00-11:00 14:00-16:00 ОФП возраст: 6-79 лет Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		
5	Купрессова Екатерина Алексеевна	12:00-13:00 ЙОГА возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		12:00-13:00 ЙОГА возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		12:00-13:00 ЙОГА возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
		13:00-14:00 ПЛАТЕС возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		13:00-14:00 ПЛАТЕС возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		13:00-14:00 ПЛАТЕС возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
6	Мальцев Артем Валерьевич	18:00-19:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	18:00-19:00 ОФП (группа сформирована) возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	18:00-19:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	18:00-19:00 ОФП (группа сформирована) возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	18:00-19:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-17:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	
		19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	19:00-21:00 ОФП возраст: 6-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	
7	Осокин Алексей Васильевич						11:00-14:00 ШАХМАТЫ возраст: 6-79 лет Библиотека «Фрегат» (ул. Интернационалистов, д.2а)	11:00-14:00 ШАХМАТЫ возраст: 6-79 лет Библиотека «Эврика» (ул. Смирнова, д.30)
8	Петухов Николай Александрович	14:00-16:30 17:00-19:30 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС возраст: 16-79 и старше ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-16:30 17:00-19:30 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС возраст: 16-79 и старше ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-16:30 17:00-19:30 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС возраст: 16-79 и старше ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-16:30 17:00-19:30 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС возраст: 16-79 и старше ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-18:00 НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС возраст: 16-79 и старше ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
9	Придунская Людмила Павловна	10:00-13:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк им. Ворошилова (ул. 5й Армии, д.15)	10:00-12:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)		10:00-12:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)	10:00-13:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк им. Ворошилова (ул. 5й Армии, д.15)	09:00-11:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)	10:00-14:00 СЕВЕРНАЯ (СКАНДИНАВСКАЯ) ХОДЬБА возраст: 30-80 и старше Парк активного отдыха «Сосновый бор» (ул. Кутузова, д.1Б)
					12:30-14:30 Адаптивная физкультура возраст: 30-80 и старше Ск. 48Литер (ул. Смирнова, д.48 б)			
10	Публика Карина Юрьевна	12:00-13:00 КРОССФОНТ возраст: 16-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	12:00-13:00 КРОССФОНТ возраст: 16-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		12:00-13:00 КРОССФОНТ возраст: 16-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	12:00-13:00 КРОССФОНТ возраст: 16-79 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
		13:00-15:00 Силовая гимнастика возраст: 18-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	13:00-15:00 Силовая гимнастика возраст: 18-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	14:00-15:00 Фитнес (мама и малыш) возраст: 18-29 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	13:00-15:00 Силовая гимнастика возраст: 18-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	13:00-15:00 Силовая гимнастика возраст: 18-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
			15:00-16:00 ОФП (летн) возраст: 6-29 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)	15:00-16:00 ОФП возраст: 6-29 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		15:00-16:00 ОФП (летн) возраст: 6-29 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)		
				16:00-17:00 КУДО возраст: 6-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)				
		17:00-18:00 Силовая гимнастика возраст: 18-54 лет ЦФКиС "На Смирнова" (ул. Смирнова, д.30)						
11	Тимофеева Елена Александровна		11:00-14:00 ОФП возраст: 30-80 и старше Парк им. Ворошилова (ул. 5й Армии, д.15) в случае непогоды - СШ №17 (ул. 5й Армии, д.15с1, тренажерный зал)		11:45-14:45 ОФП возраст: 30-80 и старше СШ №17 (ул. 5й Армии, д.15с1, тренажерный зал)			
12	Трунов Сергей Александрович	17:00-19:00 Рюкзачный бой возраст: 6-29 лет Спортивный зал (ул. Ленина, д.451)		17:00-19:00 Рюкзачный бой возраст: 6-29 лет Спортивный зал (ул. Ленина, д.451)		17:00-19:00 Рюкзачный бой возраст: 6-29 лет Спортивный зал (ул. Ленина, д.451)		
13	Шарпа Олег Александрович	12:00-15:00 Адаптивная физкультура возраст: 6-79 лет Ск "Юпитер" (ул. Смирнова, д.48 б)	12:00-14:00 Адаптивная физкультура возраст: 6-79 лет Ск "Юпитер" (ул. Смирнова, д.48 б)	12:00-15:00 Адаптивная физкультура возраст: 6-79 лет Ск "Юпитер" (ул. Смирнова, д.48 б)	12:00-14:00 Адаптивная физкультура возраст: 6-79 лет Ск "Юпитер" (ул. Смирнова, д.48 б)	12:00-14:00 Адаптивная физкультура возраст: 6-79 лет Ск "Юпитер" (ул. Смирнова, д.48 б)	08:30-10:30 ПЛАВАНИЕ возраст: 6-79 лет (ОВЗ) Бассейн "Аватар" (пр.Ленина, д.207)	
14	Юсубов Орхан Элхан Оглы		17:30-21:00 ОФП возраст: 6-79 года СОШ №54 (ул. Ферганская, д.25)			17:30-21:00 ОФП возраст: 6-79 года СОШ №54 (ул. Ферганская, д.25)	13:00-15:00 ОФП возраст: 6-79 года СОШ №54 (ул. Ферганская, д.25)	09:00-12:00 ОФП возраст: 6-79 года СОШ №54 (ул. Ферганская, д.25)

Составил:
Главный специалист отдела спортивно-массовой работы
С.М.Чернова _____ "16" марта 2026 г.

Утвердил:
Начальник отдела спортивно-массовой работы
Л.А.Митаева _____ "16" марта 2026 г.