



**РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ**  
**ГБУ ДО СО «Спортивная школа олимпийского резерва по дзюдо «Сокол»**  
с 01.01.2026 года  
**ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ**  
По бригадам тренеров

№ п/п	№ журнала	ФИО тренера	Тренировочная группа, этап	Место проведения занятий, адрес	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Итого кол-во часов
<b>Бригада тренеров под руководством Тедешвили Левана Павловича</b>											
1	1-1	Тедешвили Л.П.	ВСМ/ССМ	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	24
	1-2				Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Мологочка	09.00-11.00 (всм)	09.00-11.00 (всм)	09.00-11.00 (всм)	09.00-11.00	09.00-11.00	
2	2	Габидулаев Т.С.	ТЭЗ 3 г.	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	17.00-19.00		17.00-19.00				10
					Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Мологочка	16.00-17.00	16.00-17.00	19.00-20.00	13.30-14.00		
3	3	Габидулаев Т.С.	ТЭЗ 5 г.	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	16
					Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Мологочка	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	09.00-11.00	
<b>Бригада тренеров под руководством Григоряна Н.А.</b>											
3	4	Григорян Н.А.	ТЭЗ 5 г.	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	16
					Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Мологочка	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	17.00-17.30	09.00-11.00	
5	5	Григорян Н.А.	ТЭЗ 2 г.	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	17.00-19.00		17.00-19.00				10
					Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*	16.00-17.00	16.00-17.00	19.00-20.00	13.30-14.00		

4	6	лесной массив п. Молочка	НП 3 г. ул. Танкистов, 212 стр.1	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Молочка	15.00-17.00	17.30-19.00	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.30-19.00	15.00-17.00	19.00-19.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	19.00-19.30	09.00-11.00	6	
4	7	Осипов Я.А. Григорян Н.А.	ТЭ 4 г. ул. Танкистов, 212 стр.1	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Молочка	15.00-17.00	15.00-17.00	15.00-17.00	17.00-17.30	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	15.00-17.00	17.00-17.30	09.00-11.00	16
4	8	Осипов Я.А.	ТЭ 3 г. ул. Танкистов, 212 стр.1	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Молочка	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	16.00-17.00	17.00-19.00	11.00-13.30	10
4	9		НП 2 г. ул. Танкистов, 212 стр.1	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Молочка	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	18.00-19.00	19.00-20.00	6
4	10		НП 1 г. ул. Танкистов, 212 стр.1	с/з «Барс» ул. Танкистов, 212 стр.1	Тренажерный зал с/з «Барс», ул. Танкистов, 212 стр.1 Кроссовая подготовка*, лесной массив п. Молочка	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	18.20-19.00	19.00-20.00	5
Бригада тренеров под руководством Васильева Владимира Петровича																						
5	11-1 11-2	Васильев В.П.	ВСМ ССМ	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	Кроссовая подготовка* лесной массив 3 Дачная, ОФП с/з ДК «Россия»	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	24	
5	12		ТЭ 3 г.	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	Кроссовая подготовка* лесной массив 3 Дачная, ОФП с/з ДК «Россия»	16.30-18.00	08.00-09.30 (всм)	08.00-10.30 (всм)	08.00-09.00	08.30-10.30	16.30-18.00	08.30-10.30	16.30-18.00	08.30-10.30	16.30-18.00	08.30-10.30	16.30-18.00	08.30-10.30	16.30-18.00	16.30-18.00	10	

6	13	ССМ	Кроссовая подготовка*, лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал	18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	20
	14			ДК «Россия» пл. Ленина, 1	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30
7	16	Курбанов Э.В.	Кроссовая подготовка*, лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал с/з ДК «Россия»	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	16
				15	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	16.30-18.00	08.00-10.00	16.30-18.00	08.00-10.00	16.30-18.00	08.00-10.00	
7	17	Курбанов Э.В.	Кроссовая подготовка*, лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал	13.00-14.40		13-14.40		13.00-14.40		13.00-14.40		5
				17	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00	
8	18	ТЭ 1 г.	Кроссовая подготовка*, лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал	18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00		10
				19	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	16.30-18.00	14.00-15.00	16.30-18.00	14.00-15.00	16.30-18.00	14.00-15.00	
8	20	ТЭ 1 г.	Кроссовая подготовка*, лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал	18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00		18.00-19.00		5
				19	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	18.00-20.30	13.00-14.40	18.00-20.30	13.00-14.40	18.00-20.30	13.00-14.40	

Бригада тренеров под руководством Ягубяна Аркадия Вардановича







46	ТЭ 1 г.	с/з «УОР» ул. Новостраханское шоссе, 41	15.30-18.00		16.00-18.00		15.30-18.00	9.00-11.30	10			
		Тренажерный зал, Кроссовая подготовка* ул. Новостраханское шоссе, 41					18.00-18.30					
47	НП 1 г.	с/з «УОР», Новостраханское шоссе, 41		14.30-16.10			14.30-16.10		5			
20	48	Курнева Д.З.	ТЭ 5 г.	ДК «Россия» пл. Ленина, 1	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	18.00-20.30	16		
				ОФП ДК «Россия», тренажерный зал						08.30-09.30		
				ДК «Россия» пл. Ленина, 1	16.30-18.00	08.00-10.00	16.30-18.00	08.00-10.00	16.30-18.00	08.00-10.00	16.30-18.00	16
49	ТЭ 4 г.	Кроссовая подготовка* лесной массив 3 Дачная, тренажерный зал	18.00-19.00				18.00-19.00					
Бригада тренеров под руководством Ильина Андрея Юрьевича												
21	50	Ильин А.Ю.	ТЭ 2 г. Зал №1	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов	17.00-20.00	17.30-20.00		17.30-20.00	17.30-20.00	10		
				ТЭ 1 г. Зал №1	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов (зал 1)	17.00-20.00	17.30-20.00		17.30-20.00	17.30-19.30	10	
				ТЭ 1 г. Зал №1	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов(зал 1)	15.00-17.30			15.00-17.30	15.00-17.30	15.00-17.30	10
				НП 3 г. Зал №1	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов				17.00-19.00	17.30-19.30		6
22	54	Разваляева Д.С.	НП 2 г. Зал №2	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов	16.00-18.00			16.00-18.00		6		
				НП 2 г. Зал №2	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов	18.00-20.00			18.00-20.00			
				НП 2 г. Зал №2	с/к «Архангел Михаил», г. Балашов						12.00-14.00	6

Кроссовая подготовка\* выполняется в соответствии с погодными условиями. В случае неблагоприятных погодных условий, время отрабатывается в другой день