

**РАСПИСАНИЕ РАБОТЫ ИНСТРУКТОРОВ ООПСММ
СПб ГБУ СОК «Ижорец»**

№ п/п	ФАМИЛИЯ, ИМЯ, ОТЧЕСТВО ИНСТРУКТОРА	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНИЕ
1.	Березина Людмила Юрьевна	<p>10.00-11.30 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 верхний борцовский зал</i></p> <p>12.00-14.00 Скандинавская ходьба <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 стадион</i></p>	<p>10.00-11.30 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 верхний борцовский зал</i></p>	<p>10.00-11.30 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 верхний борцовский зал</i></p> <p>12.00-14.00 Скандинавская ходьба <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 стадион</i></p>		<p>10.00-11.30 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 верхний борцовский зал</i></p> <p>12.00-14.00 Скандинавская ходьба <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25 стадион</i></p>		
2.	Бусыгина Оксана Владимировна	<p>08.00 - 09.00 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, стадион</i></p> <p>09.00 - 10.00 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, малый зал</i></p> <p>16.30 – 17.30 Скандинавская ходьба <i>г. Колпино, ул. Машиностроителей, д.8</i></p>	<p>11.30 - 13.30 Скандинавская ходьба <i>ПКиО о. Чухонка, г. Колпино</i></p>	<p>08.00 - 09.00 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, стадион</i></p> <p>09.00 - 10.00 ОФП <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, малый зал</i></p> <p>16.30 – 17.30 Скандинавская ходьба <i>г. Колпино, ул. Машиностроителей, д.8 (внутридворовая)</i></p>	<p>11.30 - 13.30 Скандинавская ходьба <i>ПКиО о. Чухонка, г. Колпино</i></p>			

		<i>(внутридворовая площадка)</i>		<p><i>площадка</i> 19.00 - 20.00 ОФП СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, стадион</p> <p>20.00-21.00 ОФП СПБ ГБУ СОК «Ижорец», ул. Тверская, д.25, малый зал</p>				
3.	Клементьев Денис Вячеславович	19.00-22.00 Футбол стадион «Искра», п.Металлострой, ул.Садовая, д. 4а			19.00-22.00 Футбол стадион «Искра», п.Металлострой, ул.Садовая, д. 4а		19.00-22.00 Футбол стадион «Искра», п.Металлострой ул.Садовая, д. 4а	19.00-22.00 Футбол стадион «Искра», п.Металлострой, ул.Садовая, д. 4а
4.	Кочерова Ирина Борисовна	10.00-14.00 ОФП п.Металлострой, ул.Пушкинская д.3 литера А, «СК Ижорец»		10.00-14.00 ОФП п.Металлострой, ул.Пушкинская д.3 литера А, «СК Ижорец»		10.00-14.00 ОФП п.Металлострой ул.Пушкинская д.3 литера А, «СК Ижорец»		
5.	Кучеров Константин Анатольевич	19.00-21.00 Скандинавская ходьба п.Металлострой ул.Садовая 4А стадион «Искра»						18.00 - 22.00 Волейбол п.Металлострой ул.Пушкинская д.3 литера А, «СК Ижорец»

6.	<p>Павлов Дмитрий Валерьевич</p>		<p>09.30-12.30 Настольный теннис, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 манеж</p> <p>14.00-15.30 Городошный спорт, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25, лит. Ж, городошные корты</p> <p>15.30-17.00 Лёгкая атлетика, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 стадион</p>	<p>14.00-15.30 Настольный теннис, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 манеж</p> <p>16.30-18.00 Скандинавская ходьба, <i>ПКиО о. Чухонка</i></p>	<p>09.30-11.00 Настольный теннис, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 манеж</p> <p>11.00-12.30 Бочча, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 большой игровой зал</p> <p>15.00-17.00 Лёгкая атлетика, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 стадион</p>	<p>14.00-15.30 Настольный теннис, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 манеж</p> <p>16.00-17.00 Лёгкая атлетика, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25, стадион</p>	<p>09.30.00-12.30 Настольный теннис, <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д. 25 манеж</p> <p>13.00-14.30 Скандинавская ходьба, <i>ПКиО о. Чухонка</i></p>	
7.	<p>Петров Кирилл Александрович</p>		<p>10.00-13.00 Плавание <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, <i>ВСК</i> ул. Тверская, д.27 средняя чаша</p>		<p>10.00-13.00 Плавание <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, <i>ВСК</i> ул. Тверская, д.27, средняя чаша</p>		<p>11.00-13.00 Волейбол <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, ул. Тверская, д.25, малый игровой зал</p>	<p>14.00-16.30 Плавание <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, <i>ВСК</i> ул. Тверская, д.27, большая чаша</p> <p>17.00-18.30 Плавание <i>СПБ ГБУ СОК «Ижорец»</i>, <i>ВСК</i> ул. Тверская, д.27, средняя чаша</p>

8.	<p>Сидорцова Юлия Сергеевна</p>	<p>10.00-13.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 27 тренажерный зал</p> <p>14.00-16.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 25, большой зал борьбы</p>	<p>10.00-13.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 27 тренажерный зал</p> <p>14.00-15.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 25, большой зал борьбы</p>	<p>10.00-13.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 27 тренажерный зал</p>	<p>10.00-13.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 27 тренажерный зал</p> <p>15.00-16.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 25, большой зал борьбы</p>	<p>10.00-13.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 27 тренажерный зал</p> <p>14.00-16.00 Пауэрлифтинг, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д. 25, большой зал борьбы</p>		
9.	<p>Ситников Роман Юрьевич</p>	<p>17.00-20.00 Лёгкая атлетика, <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д.25 манеж</p>		<p>17.00-20.00 Лёгкая атлетика, ОФП <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д.25 манеж</p>			<p>10.00-14.00 Лёгкая атлетика, ОФП <i>ПКиО</i> о. Чухонка</p>	<p>10.00-12.00 Лёгкая атлетика, ОФП <i>СПБ ГБУ СОК</i> «Ижорец», ул. Тверская, д.25 манеж</p>