

УТВЕРЖДАЮ  
 Зам.директора ГБУ ДО РО «СШОР № 35»  
 Н.А.Сапогова  
 « 20 » апреля 2026г.



### РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ГБУ ДО РО «СШОР № 35» на 2026 год

г. Ростов-на-Дону, ул. Волкова, 18 (греко-римская борьба)								
ФИО тренера	Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Сулейманов Р.А.	НП свыше года 6 ч.				09.00-11.00		15.00-17.00	09.00-11.00 (тренажерный зал т/а)
	НП свыше года 6 ч.				15.00-17.00		10.00-12.00	15.00-17.00 (тренажерный зал т/а)
	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.	08.00-11.00		08.00-11.00		09.00-11.00	08.00-10.00 (тренажерный зал т/а)	
	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.	17.00-20.00		17.00-20.00		17.00-19.00	17.00-19.00 (тренажерный зал т/а)	
Трушин В.С.	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.	8.00-11.00 (тренажерный зал т/а)		8.00-11.00		9.00-11.00	9.00-11.00	
	ССМ 20 ч.	17.00-21.00 (тренажерный зал т/а)	17.00-21.00	17.00-21.00		17.00-21.00	17.00-21.00	
Сулейманов А.А.	НП до года 4,5 ч.			09.00-10.30 (тренажерный зал т/а)		09.00-10.30		11.00-12.30
	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.		17.00-19.00		17.00-19.00		17.00-20.00	17.00-20.00 (тренажерный зал т/а)

	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.		09.00-11.00	18.00-20.00		17.00-20.00 тренажерный зал т/а	08.00-11.00	
Сулейманов А.Я.	ССМ 20 ч.		08.00-12.00 (тренажерный зал т/а)		08.00-12.00	08.00-12.00	08.00-12.00	08.00-12.00
	ССМ 20 ч.		17.00-21.00 (тренажерный зал т/а)		17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00
	ВСМ 24 ч.		17.00-21.00 (тренажерный зал т/а)	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00
Олешко Д.Ф.	ОФП ССМ и ВСМ 6,4 ч.		17.30-19.00	17.30-19.00	17.30-18.30	17.30-18.30	17.00-18.15	
г. Ростов-на-Дону, ул. Каширская, 8/3 (греко-римская)								
Карагачев Г.В.	НП до года 4,5 ч.	14.30-16.00		14.30-16.00		14.30-16.00		
	НП свыше года 6 ч.	9.00-11.00		09.00-11.00		09.00-11.00		
	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.	16.00-18.00		16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	
г. Ростов-на-Дону, Гимназия № 19, ул. Мелитопольская, 22 (греко-римская борьба)								
Воронин Е.В.	НП свыше года 6 ч.				14.00-16.00	14.00-16.00 (СЗ Геркулес)	14.00-16.00	
	ТЭ НС до 3 лет 10 ч.	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00	16.00-18.00 (СЗ Геркулес)		
	ТЭ НС до 3 лет	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00	18.00-20.00 (СЗ Геркулес)		

	10 ч.							
г. Ростов-на-Дону, ул. Волкова, 18 (тяжелая атлетика)								
Орликов Э.Э.	ВСМ 24 час.	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	
	ССМ 20 час.	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	10.00-12.00 18.00-20.00	
Штефан А.В.	ТЭ НС до 3 лет 12 ч.		17.00-20.00	17.00-20.00	17.00-20.00		17.00-20.00	
	ТЭ НС до 3 лет 12 ч.		09.00-12.00		09.00-12.00		09.00-12.00	09.00-12.00
	НП свыше года 8 час.		15.00-17.00		15.00-17.00		15.00-17.00	13.00-15.00
	НП до года 6 час.		13.00-15.00		13.00-15.00		13.00-15.00	
Щербакова В.С.	ТЭ НС свыше 3 лет 15 ч.	15.00-18.00	15.00-18.00	15.00-18.00		15.00-18.00	15.00-18.00	
	ТЭ НС до 3 лет 12 ч.	10.00-13.00		10.00-13.00		10.00-13.00	10.00-13.00	
	НП свыше года 8 ч.	13.00-15.00		13.00-15.00		13.00-15.00	13.00-15.00	