

**СОГЛАСОВАНО**  
 Решением заседания  
 Совета старших тренеров-преподавателей СПб ГБУ ДО СШОР "Комета"

Протокол № 9 от 17.12.2025



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор СПб ГБУ ДО СШОР "Комета"  
 \_\_\_\_\_  
 А.Х.Ариткулов  
 2025 года

**РАСПИСАНИЕ**  
**учебно-тренировочных занятий СПб ГБУ ДО СШОР "Комета"**  
**в физкультурно-оздоровительном комплексе**  
**расположенному по адресу: ул. Главная, 24 А**  
**с 14.01.2026 по 31.08.2026 года**

| № п/п | Фамилия тренера-преподавателя | Наименование групп     | Кол-во обучающихся в группе | Кол-во час. в неделю | Дни недели, время |                  |                                |                  |                                |                  | Место занятий                 |
|-------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------|----------------------|-------------------|------------------|--------------------------------|------------------|--------------------------------|------------------|-------------------------------|
|       |                               |                        |                             |                      | Понедельник       | Вторник          | Среда                          | Четверг          | Пятница                        | Суббота          |                               |
| 1     | Сиденко Анна Михайловна       | СОБ-1.1                | 19                          | 4,5                  | 14.30-15.15/0,45  |                  | 16.00-16.45/0,45               |                  | 14.30-15.15/0,45               |                  | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      | 15.15-16.00/0,45  |                  | 16.45-17.30/0,45               |                  | 15.15-16.00/0,45               |                  | бассейн                       |
|       |                               | СОБ-1.2                | 20                          | 4,5                  |                   | 14.30-15.15/0,45 |                                | 14.30-15.15/0,45 |                                | 14.30-15.15/0,45 | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      |                   | 15.15-16.00/0,45 |                                | 15.15-16.00/0,45 |                                | 15.15-16.00/0,45 | бассейн                       |
|       |                               | СОБ-2                  | 19                          | 8                    | 16.00-17.00/1     | 16.00-17.00/1    |                                | 16.00-17.00/1    | 16.00-17.00/1                  |                  | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      | 17.00-18.00/1     | 17.00-18.00/1    |                                | 17.00-18.00/1    | 17.00-18.00/1                  |                  | бассейн                       |
| 2     | Карвацкая Наталья Викторовна  | СОс-1.1                | 18                          | 4,5                  | 14:30-15.15/0,45  |                  | 14:00-14.45/0,45               |                  | 14:30-15.15/0,45               |                  | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      | 15:15-16:00/0,45  |                  | 14:45-15:30/0,45               |                  | 15:15-16:00/0,45               |                  | бассейн                       |
|       |                               | СОс-1.2                | 18                          | 4,5                  |                   | 14:30-15.15/0,45 |                                | 14:30-15.15/0,45 |                                | 14:00-14.45/0,45 | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      |                   | 15:15-16:00/0,45 |                                | 15:15-16:00/0,45 |                                | 14:45-15:30/0,45 | бассейн                       |
|       |                               | УТЭ(СС)-3<br>УТЭ(СС)-3 | 22                          | 14                   |                   | 07.00-08.00/1    |                                | 07.00-08.00/1    |                                |                  | бассейн (ЦП, ул. Хлопина, 10) |
|       |                               |                        |                             |                      | 16.00-18.00/2     | 16.00-18.00/2    | 15.30-17.30/2                  | 16.00-18.00/2    | 16.00-18.00/2                  | 15.30-17.30/2    | бассейн                       |
|       |                               | ССМ-1                  | 5                           | 20                   |                   |                  | 17.30-18.00/0,3                |                  |                                | 17.30-18.00/0,3  | спортивный зал                |
|       |                               |                        |                             |                      | 18.00-20.00/2     | 18.00-20.00/2    | 07.00-09.00/2<br>18.00-20.00/2 | 18.00-20.00/2    | 07.00-09.00/2<br>18.00-20.00/2 | 18.00-20.00/2    | бассейн                       |
|       |                               |                        |                             |                      |                   | 07.00-08.00/1    |                                | 07.00-08.00/1    |                                | 07.00-08.00/1    | бассейн (ЦП, ул. Хлопина, 10) |

|   |                                 |                        |    |    |                                |                                |                                 |                 |                                 |                 |                                  |
|---|---------------------------------|------------------------|----|----|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|-----------------|---------------------------------|-----------------|----------------------------------|
| 3 | Козлов<br>Алексей<br>Андреевич  | Соп-1                  | 16 | 14 |                                | 14.00-15.00/1                  |                                 | 15.00-16.00/1   |                                 |                 | спортивный зал                   |
|   |                                 |                        |    |    | 15.00-17.00/2                  | 15.00-17.00/2                  | 14.45-16.45/2                   | 16.00-18.00/2   | 15.00-17.00/2                   | 16.00-18.00/2   | бассейн                          |
|   |                                 | УТЭ(СС)-4<br>ССМ-1     | 15 | 20 | 17.00-18.00/1                  |                                | 17.00-18.00/1                   |                 | 17.00-18.00/1                   |                 | спортивный зал                   |
|   |                                 |                        |    |    | 07.00-09.00/2<br>18.00-20.00/2 | 18.00-20.00/2                  | 18.00-20.00/2                   | 18.00-20.00/2   | 18.00-20.00/2                   | 18.00-20.00/2   | бассейн                          |
|   |                                 |                        |    |    |                                |                                | 07.00-08.00/1                   |                 | 07.00-08.00/1                   | 07.00-08.00/1   | бассейн (ЦП, ул.<br>Хлопина, 10) |
| 4 | Ефремов<br>Антон<br>Сергеевич   | Соп-2                  | 20 | 14 | 14.00-14.30/0,3                |                                | 14.00-14.30/0,3                 | 14.00-14.30/0,3 |                                 | 14.00-14.30/0,3 | спортивный зал                   |
|   |                                 |                        |    |    | 14.30-16.00/1,3                | 14.30-16.00/1,3                | 07.00-8.00/1<br>14.30-16.00/1,3 | 14.30-16.00/1,3 | 07.00-9.00/2<br>14.30-16.00/1,3 | 14.30-16.00/1,3 | бассейн                          |
|   |                                 | УТЭ(СС)-3              | 9  | 14 |                                |                                |                                 | 15.00-16.00/1   |                                 |                 | спортивный зал                   |
|   |                                 |                        |    |    | 16.00-18.00/2                  | 16.00-18.00/2<br>07.00-08.00/1 | 16.00-18.00/2                   | 16.00-18.00/2   | 16.00-18.00/2                   | 16.00-18.00/2   | бассейн                          |
|   |                                 | УТЭ(СС)-4<br>УТЭ(СС)-5 | 10 | 18 | 19.00-20.00/1                  |                                |                                 |                 | 19.00-20.00/1                   |                 | спортивный зал                   |
|   |                                 |                        |    |    | 18.00-19.00/1                  | 07.00-9.00/2<br>18.00-20.00/2  | 07.00-09.00/2<br>18.00-20.00/2  | 18.00-20.00/2   | 07.00-09.00/2<br>18.00-19.00/1  | 18.00-20.00/2   | бассейн                          |
| 5 | Шваева<br>Ирина<br>Владимировна | ССМ-1                  | 5  | 11 | 18.00-20.00/2                  |                                | 18.00-20.00/2                   | 18.00-20.00/2   | 18.00-20.00/2                   |                 | бассейн                          |
|   |                                 |                        |    |    |                                | 07.00-08.00/1                  |                                 | 07.00-08.00/1   |                                 | 07.00-08.00/1   | бассейн (ЦП, ул.<br>Хлопина, 10) |

Заместитель директора по спортивной работе



Ю.Р. Ильина