

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УР ГАУ ДО РО "СПОРТ

"Олимпиец"
О.Е.Хамитова
2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАУ ДО РО "СПОРТ

"Олимпиец"
О.В.Соляева
2026 г.

РАСПИСАНИЕ

тренировочных занятий по виду спорта всестилевое карате на 2026 год

№ п/п	Этап подготовки (название группы, год обучения)	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	часов в неделю	минуты	всего часов	
1	Нелин М.М. НП-2 г.об.№1	9:00 - 11:00 2:00	0:00	9:00 - 11:00 2:00	0:00	9:00 - 11:00 2:00	0:00	0:00	6:00	360	360	6
		Зал каратэ Рязань Арена	выходной	Зал каратэ Рязань Арена	выходной	Зал каратэ Рязань Арена	выходной	выходной				
	Нелин М.М. НП-2 г.об. №2	0:00	17:30 - 19:30 2:00	0:00	17:30 - 19:30 2:00	0:00	9:00 - 11:00 2:00	0:00	6:00	360	360	6
		выходной	Зал каратэ Рязань Арена	выходной	Зал каратэ Рязань Арена	выходной	Зал каратэ Рязань Арена	выходной				
2	Миримаян В.С. НП-2 г.об.	0:00	16:00 - 18:00 2:00	0:00	16:00 - 18:00 2:00	0:00	16:00 - 18:00 2:00	0:00	6:00	360	360	6
		выходной	с/зал школа №51	выходной	с/зал школа №51	выходной	с/зал школа №51	выходной				
	Миримаян В.С. УТГ-2 г.об. на 2-ой год	18:00 - 20:00 2:00	18:00 - 20:00 2:00	18:00 - 20:00 2:00	18:00 - 20:00 2:00	18:00 - 20:00 2:00	11:00 - 13:00 2:00	0:00	12:00	720	720	12
		с/зал школа №71	с/зал школа №51	с/зал школа №71	с/зал школа №51	с/зал школа №71	Зал каратэ Рязань Арена	выходной				
3	Жирихов Е.А. ТГ-3 г.об. ТГ-4 г.об.	15:45 - 18:45 3:00	16:45 - 17:45 1:00	15:45 - 18:45 3:00	16:45 - 17:45 1:00	15:45 - 18:45 3:00	9:00 - 12:00 3:00	0:00	14:00	840	840	14
		Зал каратэ Рязань Арена	Т/З Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Т/З Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной				
	Жирихов Е.А. BSM CCM	9:00 - 11:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	17:00 - 19:00 2:00	0:00	12:00	720	1320	22
		19:00 - 21:00 2:00	19:00 - 21:00 2:00	19:00 - 21:00 2:00	19:00 - 21:00 2:00	19:00 - 21:00 2:00	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	10:00	600		
	Новикова О.В. УТГ-2 г.об.	9:00 - 10:30 1:30	11:00 - 12:00 1:00	9:00 - 10:00 1:00	11:00 - 12:00 1:00	- 0:00	- 0:00		0:00	4:30	270	720
		стадион шк. 72	стадион шк. 72	стадион шк. 72	стадион шк. 72		Выходной					
		18:30 - 20:30 2:00		18:30 - 20:30 2:00		стадион шк. 72		18:00 - 20:30 2:30	12:00 - 13:00 1:00	7:30	450	
		с./зал школа №72		с./зал школа №72		с./зал школа №72	стадион шк. 72					

4	Новикова О.В. НП-2 г.об. на 2-ой год	17:00 - 18:30 1:30	9:00 - 10:00 1:00	17:00 - 18:30 1:30	9:00 - 10:00 1:00	17:00 - 18:00 1:00	0:00	0:00	8:00	480	480	8
		с./зал школа №72	стадион шк. 72	с./зал школа №72	стадион шк. 72	с./зал школа №72	Выходной	Выходной				
		0:00	18:00 - 19:00 1:00	0:00	18:00 - 19:00 1:00	0:00	0:00	0:00				
		Выходной	с./зал школа №59	Выходной	с./зал школа №59	Выходной	Выходной	Выходной				
	Новикова О.В. НП-2 г.об.	0:00	16:00 - 18:00 2:00	10:00 - 11:00 1:00	16:00 - 18:00 2:00	10:00 - 11:00 1:00	9:00 - 11:00 2:00	0:00	8:00	480	480	8
		Выходной	с./зал школа №59	стадион шк. 72	с./зал школа №59	стадион шк. 72	с./зал школа №59	Выходной				
5	Цуркан А.В. НП-1 г.об.	15:00 - 17:00 2:00	0:00	15:00 - 17:00 2:00	0:00	15:00 - 17:00 2:00	0:00	0:00	6:00	360	360	6
		Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	Выходной				
	Цуркан А.В. ТГ-1 г.об.	9:00 - 11:00 2:00	17:00 - 19:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	17:00 - 19:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	9:00 - 11:00 2:00	0:00	12:00	720	840	14
		Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	14:00 - 16:00 2:00		2:00	120		
							Зал каратэ Рязань Арена	Выходной				
	Цуркан А.В. НП-2 г.об.	17:00 - 19:00 2:00	15:00 - 17:00 2:00	0:00	15:00 - 17:00 2:00	0:00	11:30 - 13:30 2:00	0:00	8:00	480	480	8
		Зал каратэ Рязань Арена	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной	Зал каратэ Рязань Арена	Выходной				