

ВНИМАНИЕ!

Информация для спортсменов отделения плавания ГБУ СШОР Приморского района Санкт-Петербурга

**Уважаемые спортсмены и родители (законные представители)
спортсменов ГБУ СШОР Приморского района
Санкт-Петербурга!**

Уведомляем вас о том, что тренировки спортсменов в бассейне **планируется начать с 03 августа 2020г. только при условии снятия ограничительных мер на осуществление тренировочного процесса** в помещениях физкультурно-спортивных организаций Санкт-Петербурга. (в соответствии с постановлением Правительства Санкт-Петербурга).

проект Организация тренировочного процесса для спортсменов отделения плавания ГБУ СШОР Приморского района Санкт-Петербурга на период с 03.08.2020г. по 31.08.2020г.

Наименование мероприятия	Сроки	Группа, этап подготовки	Примечание
Тренировки	с 03.08. по 31.08.2020 г.	2012 г.р. (этап НП-1) 2011 г.р. (этап НП-2) 2010 г.р. (этап НП-3) 2009 г.р. (этап Т-1) 2008 г.р. (этап Т-3) 2007 г.р. (этап Т-4) 2005-2006 г.р. (этап Т-5)	проект расписания тренировок (приложение 1)
Прием контрольно-переводных нормативов (далее-КПН)			
Прием КПН – нормативов общей физической, специальной физической подготовки	С 17.08 по 21.08.2020г.	2012 г.р. (этап НП-1) 2011 г.р. (этап НП-2) 2010 г.р. (этап НП-3) 2009 г.р. (этап Т-1) 2008 г.р. (этап Т-3) 2007 г.р. (этап Т-4) 2005-2006 г.р. (этап Т-5)	
Прием КПН - нормативов плавательной подготовки	С 24.08 по 25.08.2020г.	2012 г.р. (этап НП-1) 2011 г.р. (этап НП-2) 2010 г.р. (этап НП-3) 2009 г.р. (этап Т-1) 2008 г.р. (этап Т-3) 2007 г.р. (этап Т-4) 2005-2006 г.р. (этап Т-5)	Дистанции: 50 м н/сп 50 м н/сп 50 м н/сп; 50 м в/ст 50 м в/ст; 100 м к/пл 50 м в/ст; 100 м к/пл 50 м в/ст; 100 м к/пл 50 м в/ст; 100 м к/пл

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБУ СШОР
 Приморского района Санкт-Петербурга

_____ В.С. Горячев

ПРОЕКТ

**Расписания тренировочных занятий отделения плавания
 ГБУ СШОР Приморского района Санкт-Петербурга
 на 2019/2020 тренировочный год на период с 03.08.2020 по 31.08.2020**

Тренер	Этап подготовки, год/рождения № группы	Дни недели						
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Першикова А.А.	НП-1 (2012 г.р.) Гр. №		10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)		9.45-11.45 (2)	
	НП-2 (2011 г.р.) Гр. №	10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)	12.00-15.00 (3)	
	Т-3 (2008 г.р.) Гр. №	12.00-15.00 (3)	12.15-15.45 (3,5)	12.15-15.45 (3,5)	12.15-15.45 (3,5)	12.15-15.45 (3,5)	15.00-18.00 (3)	
Булгакова Л.Б.	НП-1 (2012 г.р.) Гр. №		10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)		10.30-12.30 (2)	
	НП-2 (2011 г.р.) Гр. №	10.45-12.45 (2)		10.30-13.30 (3)		10.45-12.45 (2)	12.45-14.45 (2)	
	НП-3 (2010 г.р.) Гр. №	13.00-15.00 (2)	12.00-15.00 (3)		12.15-14.15 (2)		15.00-17.00 (2)	

Галичая Е.В.	НП-1 (2012 г.р.) Гр. №	10.00-12.00(2)		10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)		
	НП-3 (2010 г.р.) Гр. №	12.15-14.15 (2)	10.45-12.45 (2)		10.45-12.45 (2)		9.45-12.45 (3)	
	Т-1 (2009 г.р.) Гр. №	14.15-16.15 (2)	13.00-15.00 (2)	12.00-15.00 (3)	13.00-15.00 (2)	12.00-15.00 (3)	13.00-15.00 (2)	
Шушикова Е.А	Т-1 (2009 г.р.) Гр. №	11.15-13.15 (2)	11.15-13.15 (2)	12.15-14.15 (2)	11.15-13.15 (2)	11.15-13.15 (2)	13.30-15.30 (2)	
	Т-5 (2005-2006 г.р.) Гр. №	13.15-17.15 (4)	13.15-17.15 (4)	14.15-17.15 (3)	13.15-17.15 (4)	13.15-17.15 (4)	15.45-18.45 (3)	
Коломиец Д.М.	НП-1 (2012 г.р.) Гр. №		10.00-12.00 (2)		10.00-12.00 (2)		11.15-13.15 (2)	
	Т-1 (2009 г.р.) Гр. №	11.15-14.15 (3)	12.15-14.15 (2)	11.15-13.15 (2)	12.15-14.15 (2)	11.15-13.15 (2)	13.30-16.30 (3)	
	Т-4 (2007 г.р.) Гр. №	14.15-17.15 (3)	14.15-17.15 (3)	13.15-17.15 (4)	14.15-17.15 (3)	13.15-17.15 (3)	16.30-19.30 (3)	