

## РАСПИСАНИЕ ТРЕНИРОВОК "СШОР №4"

2019 год	Дни недели						
	Понедел.	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Субб.	Воскр.
июль/авг	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
08.30-09.45		ЮХЛ	ЮХЛ	ЮХЛ	ЮХЛ	8.30-9.45 ЮХЛ	8.30-9.45 ЮХЛ
10.00-11.30	2004	2009	2004	2004	10.00-11.00 2004 11.00-11.45 профилактика льда	2004	2010
11.45-13.15	2009	2004	2009	2009	2009	2009	2012
13.30-14.30	вратари	вратари	вратари	вратари	вратари	вратари	вратари
14.45-16.00	2006	2006	2006	2010	2010	14.45-16.15 2004	14.45-16.15 2004
16.15-17.45	ЮХЛ	ЮХЛ	ЮХЛ	ЮХЛ	16.15-18.15 товар. ЮХЛ 2004	п/л	п/л
18.00-19.15	2012 2013/14	2004	2012 2013/14	2004	18.30-19.45 2012 2013/14	17.00-18.30 массовое катание	17.00-18.30 массовое катание
19.30-21.00	Пламя	РусГидро	20.00-21.30 Гортоп	РусГидро	20.00-21.30 Гортоп		19.00-20.30 Сосновка
<b>на земле</b>							
тренажерный							
						16.45-2004- баня	10.30-ЮХЛ- баня
Земля	10.00-ЮХЛ	10.00-ЮХЛ 17.00-2010	10.00-ЮХЛ	10.00-ЮХЛ	10.00-ЮХЛ	15.00-ЮХЛ	
выезды	"Сокол-2007" с 31.07 по 12.08 тренировочные сборы в п.Вурнары "Сокол-2006" с 01.07 по 12.08 тренировочные сборы в п.Вурнары						

Инструктор-методист

О.К.Перков