|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Время** | **10.07.2018**  **вторник** | **11.07.2018**  **среда** | **12.07.2018**  **четверг** | **13.07.2018**  **пятница** | **14.07.2018**  **суббота** | **15.07.2018**  **воскресенье** | **16.07.2018**  **понед.** |
| **7.00 - 9.00** | Общая тренировка под руководством Шихана Ипатова, Шихана Ованнисяна, Шихана Ито.  Футбольное поле | | | | | Экзамен | Выезд |
| **11.00-12.30** | **CrossFit класс под руководством Сенсея Ильмова.**  **Крытая Площадка №2 (тяжелоатлетический помост)**  по предварительной записи, 18+ | | | | |
| **14.30-16.00 ФАКУЛЬТАТИВЫ** | Сенсей Ильмов  Тема: «Мастерство Тренера»  **Конференц-зал** | Сенсей Ильмов  Тема: «Мастерство Тренера»  **Конференц-зал** | Сенсей Дедик  Тема: «Принципы планирования. Микроциклы»  **Конференц-Зал** | Сенсей Дедик  Тема: «Предстартовая подготовка»  **Конференц-Зал** | Круглый стол. Дискуссия.  Тема: «Проблематика детского спорта»  **Конференц-Зал** |
| **17.00-19.00** | **Тренировки по выбранным классам** | | | | | | |
| **Ката-класс** | Шихан Герасимов  **Площадка №1** | Шихан Син Ито  **Площадка №1** | Шихан Герасимов  **Площадка №1** | Сенсей Воробьева  **Площадка №1** | Шихан Син Ито  **Площадка №1** |  |  |
| **Кумитэ-класс** | Шихан Син Ито  **Борцовский Зал** | Шихан Кузнецов  **Борцовский Зал** | Сенсей Воробьёва  Сенсей Юнусов  **Борцовский Зал** | Шихан Син Ито  **Борцовский Зал** | Сборники РНФКК  Сенсей Чирков  Сенсей Ерёменко  **Борцовский Зал** |
| **Дети –класс 1**  **До 10 лет**  **До 8 кю** | Сенсей Кулагин  **Борцовский Зал** | Шихан Энеев  **Борцовский Зал** | Шихан Син Ито  **Борцовский Зал** | Большие Детские Игры (соревнования) | Шихан Ованнисян  **Гимнастический Зал** |
| **Дети-класс 2**  **10+ лет** | Семпай Росин  **Площадка №1** | Сенсей Воробьёва  **Площадка№1** |
| **Кобу-до класс** | Прикладной класс под руководством Сенсея Стрыгина  По предварительной записи  Борцовский Зал | | | | |