

# РАСПИСАНИЕ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

## Для студентов 2 курса на 2020/21 учебный год

**ВНИМАНИЕ!**

**ВАЖНО!**

Все элективы поделены по уровню нагрузки

Группа здоровья ДЛЯ ДОПУСКА к элективу		
<b>Основная группа здоровья</b> <i>(высокий уровень физнагрузки)</i>	<b>Подготовительная группа здоровья</b> <i>(средний уровень физнагрузки)</i>	<b>Специальная группа здоровья</b> <i>(низкий уровень физнагрузки)</i>

**Список дисциплин:** 1. Адаптивная физическая культура (АФК), 2. Аэробика, 3. Бадминтон, 4. Баскетбол, 5. Волейбол, 6. Единоборства, 7. Йога, 8. Настольный Теннис, 9. Пилатес, 10. Плавание, 11. Танцы, 12. Фитнес, 13. Футбол

Институт иностранных языков	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Малый Казенный переулок, дом 5Б (м. Курская) спортивный зал		Волейбол (Куманцова)	Волейбол (Куманцова)		Волейбол (Куманцова)		Йога (Куманцова)			
	Волейбол (Коробова)			Волейбол (Коробова)		Волейбол (Коробова)		Йога (Коробова)		

Институт гуманитарных наук	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
2-й Сельскохозяйственный проезд, д.4, к.2 (м. ВДНХ) верхний спортивный зал		Йога (Бубенцова)		Н. теннис (Тюпа)	Йога (Бубенцова)		Н. теннис (Тюпа)			
	Йога (Постольник)		Н. теннис (Крученко)			Йога (Постольник)		Н. теннис (Крученко)		

Институт гуманитарных наук	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
2-й Сельскохозяйственный проезд, д.4, к.2 (м. ВДНХ) нижний спортивный зал		Фитнес (Борисов)			Фитнес (Борисов)		Пилатес (Бубенцова)	Пилатес (Бубенцова)	Пилатес (Голова)	
	Фитнес (Жумаев)					Фитнес (Жумаев)		Пилатес (Постольник)		

Институт естествознания и спортивных технологий	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Чечулина, 1 (м. Первомайская) игровой зал		Баскетбол (Белоножкина)		Бадминтон (Чесноков)		Баскетбол (Белоножкина)	Бадминтон (Чесноков)	Бадминтон (Чесноков)		
								Бадминтон (Ермолаев)		

Институт естествознания и спортивных технологий	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Чечулина, 3 (м. Первомайская) универсальный зал		Волейбол (Ермолаев)		АФК (Белоножкина)	Волейбол (Ермолаев)	Волейбол (Ермолаев)	АФК (Белоножкина)			

Институт естествознания и спортивных технологий	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Чечулина, 3 (м. Первомайская) тренажерный зал		Фитнес (Овчинников)			Фитнес (Овчинников)					Фитнес (Овчинников)
						Фитнес (Пряникова)				

Институт естествознания и спортивных технологий	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Чечулина, 3 (м. Первомайская) зал единоборств				Единоборства (Магдич)						

Институт цифрового образования	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Шереметьевская, 28 (м. Марьяна Роща) спортивный зал		Единоборства (Булкин)	Фитнес (Булкин)		Единоборства (Булкин)	Единоборства (Булкин)	АФК (Булкин)			Единоборства (Булкин)
				Фитнес (Пряникова)		Единоборства (Введенский)		АФК (Пряникова)		

Институт цифрового образования	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Шереметьевская, 29 (м. Марьяна Роща) спортивный зал		Волейбол (Мнухина)	Фитнес (Мнухина)		Волейбол (Мнухина)			Пилатес (Мнухина)	Пилатес (Мнухина)	
				Фитнес (Михайлова)		Волейбол (Михайлова)				Пилатес (Михайлова)

Институт права и управления	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Фабрициуса, д. 21 (м. Сходненская) спортивный зал		Бадминтон (Чесноков)			Бадминтон (Чесноков)				Йога (Бубенцова)	
			Аэробика (Постольник)			Бадминтон (Крученко)				Йога (Постольник)

Институт психологии и педагогики образования	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Столярный пер. 16 стр.1 (м. Улица 1905 года) манеж CitySport		Футбол (Несмелов)	Фитнес (Борисов)		АФК (Голова)			Футбол (Несмелов)		
				Фитнес (Жумаев)		АФК (Черкесова)				
Институт психологии, социологии и социальных отношений	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Петровско-разумовский проезд, д. 27 (м. Дмитровская) спортивный зал		Танцы (Александрова)	АФК (Голова)			Танцы (Александрова)				
				АФК (Черкесова)						
Институт права и управления	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Новокузнецкая, д. 16, стр. 10 (м. Новокузнецкая) спортивный зал		АФК (Голова)						Пилатес (Голова)		
Институт культуры и искусства	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Марии ульяновой, д. 21 (м. Пр-кт. Вернадского) спортивный зал		Пилатес (Шалабодина)				Пилатес (Шалабодина)			Фитнес (Борисов)	
										Фитнес (Жумаев)
Институт специального образования и комплексной реабилитации	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
Панферова, д.8, к.2 (м. Университет) спортивный зал								Фитнес (Борисов)		Йога (Куманцова)
Ул. Касаткина, 23 (м. ВДНХ) бассейн	ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40	17:00	18:40
	Плавание (Семенов)		Плавание (Семенов)			Плавание (Семенов)		Плавание (Семенов)		Плавание (Семенов)
		Плавание (Казанова)		Плавание (Казанова)	Плавание (Казанова)		Плавание (Казанова)		Плавание (Казанова)	

