

РАСПИСАНИЕ ЭЛЕКТИВНЫХ КУРСОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Для студентов 3 курса на 2020/21 учебный год

ВНИМАНИЕ!

ВАЖНО!

Все элективы поделены по уровню нагрузки

Группа здоровья ДЛЯ ДОПУСКА к элективу		
Основная группа здоровья <i>(высокий уровень физнагрузки)</i>	Подготовительная группа здоровья <i>(средний уровень физнагрузки)</i>	Специальная группа здоровья <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)		Йога (Куманцова)		
			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 (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)				Пилатес (Голова)
					Фитнес (Жумаев)		Пилатес (Постольник)		Пилатес (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, 1 (м. Первомайская) игровой зал										
	Баскетбол (Орехов)		Бадминтон (Ермолаев)		Баскетбол (Орехов)		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								АФК (Белоножкина)		
	Волейбол (Сули Таха)		АФК (Рубцов)		Волейбол (Сули Таха)			АФК (Рубцов)		

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 (Пряникова)				Фитнес (Пряникова)				Фитнес (Тюпа)	

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 (Афанасенков)							

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. Марьина Роща) спортивный зал				Фитнес (Булкин)				АФК (Булкин)		
	Единоборства (Введенский)		Фитнес (Пряникова)		Единоборства (Введенский)		АФК (Пряникова)		Единоборства (Введенский)	

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. Марьина Роща) спортивный зал				Фитнес (Мнухина)		Волейбол (Мнухина)				Пилатес (Мнухина)
	Волейбол (Михайлова)		Фитнес (Михайлова)		Волейбол (Михайлова)		Пилатес (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				Аэробика (Бубенцова)		Бадминтон (Чесноков)				Йога (Бубенцова)
	Бадминтон (Крученко)				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				Фитнес (Борисов)		АФК (Голова)				
	Футбол (Поздняков)		Фитнес (Жумаев)		АФК (Черкесова)		Футбол (Поздняков)			

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				АФК (Голова)						
	Танцы (Серикова)		АФК (Черкесова)		Танцы (Серикова)					

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										
	17:00 АФК (Черкесова)						Пилатес (Черкесова)			

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										Фитнес (Борисов)
	Пилатес (Воронова)				Пилатес (Воронова)				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 (Жумаев)		Йога (Коробова)	

	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
Ул. Касаткина, 23 (м. ВДНХ) бассейн				Плавание (Семенов)	Плавание (Семенов)		Плавание (Семенов)			
	Плавание (Казанова)					Плавание (Казанова)		Плавание (Казанова)		