

РАСПИСАНИЕ

обучающего семинара для спортсменов и тренеров

по фигурному катанию на коньках

«ЛЕГЕНДЫ СПОРТА РОССИИ»

ФОК "АЙС", 08-13.05.2017 г.

08.05.2017 (понедельник)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Хореография	Зал № 211
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Техника прыжков, вращений	Лед
11.30-12.30 (Зал №214)	12.45-13.45	14.00-15.00	Актёрское мастерство	Зал № 211
14.00-14.45	15.00-15.45	16.00-16.45	Техника скольжения, шагов и поворотных элементов	Лед
15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	ОФП, СФП	Зал № 211

09.05.2017 (вторник)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Хореография	Зал № 211
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Техника прыжков, вращений	Лед
11.30-12.30 (Зал №214)	12.45-13.45	14.00-15.00	Актёрское мастерство	Зал № 211
14.00-14.45	15.00-15.45	16.00-16.45	Техника скольжения, шагов и поворотных элементов	Лед
15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	ОФП, СФП	Зал № 211

10.05.2017 (среда)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Хореография	Зал № 211
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Техника прыжков, вращений	Лед
11.30-12.30 (Зал №214)	12.45-13.45	14.00-15.00	Актёрское мастерство	Зал № 211
14.00-14.45	15.00-15.45	16.00-16.45	Техника скольжения, шагов и поворотных элементов	Лед
15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	ОФП, СФП	Зал № 211

11.05.2017 (четверг)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Хореография	Зал № 211
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Техника прыжков, вращений	Лед
11.30-12.30 (Зал №214)	12.45-13.45	14.00-15.00	Актёрское мастерство	Зал № 211
14.00-14.45	15.00-15.45	16.00-16.45	Техника скольжения, шагов и поворотных элементов	Лед
15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	ОФП, СФП	Зал № 211

12.05.2017 (пятница)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Хореография	Зал № 211
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Техника прыжков, вращений	Лед
11.30-12.30 (Зал №214)	12.45-13.45	14.00-15.00	Актёрское мастерство	Зал № 211
14.00-14.45	15.00-15.45	16.00-16.45	Техника скольжения, шагов и поворотных элементов	Лед
15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	ОФП, СФП	Зал № 211

13.05.2017 (суббота)

Группа №1	Группа №2	Группа №3	Программа	Место проведения
09.00-10.00	10.15-11.15	11.30-12.30	Техника прыжков, вращений	Лед
10.15-11.15	11.30-12.30	12.45-13.45	Актёрское мастерство	Зал № 211
12.45-13.45	14.00-15.00	15.15-16.15	Показательные выступления	Лед

***Возможны изменения в расписании семинара.**