

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:
Президент ФСС России

А.А. Крутик

« ____ » _____ 2010 г.

« ____ » _____ 2010 г.

**Программа учебно-тренировочных сборов сборной команды России
по судомодельному спорту.
18-31 октября 2010 г. г. Коломна, Московская обл., конькобежный центр.**

№	Наименование	Время	Место	Примечание
18 октября				
1.	Приезд, размещение	9-00 – 12-00	Гостиница «Коломна»	
2.	Обед	12-00	КБК	
3.	Собрание	13-00	КБК	
4.	ОФП	14-00 – 16-00	КБК	
5.	Учебно-методические занятия	17-00 – 17-00	КБК	
6.	Ужин	17-00	КБК	
19 октября				
7.	Завтрак	9-00	КБК	
8.	Учебно-методические занятия	9-30 – 10-30	КБК	
9.	Подготовка моделей	10-30	КБК	
10.	Обед	12-00	КБК	
11.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
12.	Ужин	17-00	КБК	
20 октября				
13.	Завтрак	9-00	КБК	
14.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
15.	Настольный теннис	10-30	КБК	
16.	Обед	12-00	КБК	
17.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Репинка	
18.	Ужин	17-00	КБК	
21 октября				
19.	Завтрак	9-00	КБК	
20.	Учебно-методические занятия	9-30 – 10-30	КБК	
21.	Настольный теннис	10-30	КБК	
22.	Обед	12-00	КБК	
23.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Репинка	
24.	Ужин	17-00	КБК	
22 октября				
25.	Завтрак	9-00	КБК	
26.	Учебно-методические занятия	9-30 – 10-30	КБК	
27.	Настольный теннис	10-30	КБК	
28.	Обед	12-00	КБК	
29.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
30.	Ужин	17-00	КБК	
23 октября				
31.	Завтрак	9-00	КБК	
32.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
33.	Настольный теннис	10-30	КБК	
34.	Обед	12-00	КБК	

35.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Репинка	
36.	Ужин	17-00	КБК	
24 октября				
37.	Завтрак	9-00	КБК	
38.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
39.	Настольный теннис	10-30	КБК	
40.	Обед	12-00	КБК	
41.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
42.	Ужин	17-00	КБК	
25 октября				
43.	Завтрак	9-00	КБК	
44.	Работа с моделями	9-30 – 11-30	Гостиница «Коломна»	
45.	Обед	12-00	КБК	
46.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
47.	Ужин	17-00	КБК	
26 октября				
48.	Завтрак	9-00	КБК	
49.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
50.	Настольный теннис	10-30	КБК	
51.	Обед	12-00	КБК	
52.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
53.	Ужин	17-00	КБК	
27 октября				
54.	Завтрак	9-00	КБК	
55.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
56.	Настольный теннис	10-30	КБК	
57.	Обед	12-00	КБК	
58.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
59.	Ужин	17-00	КБК	
28 октября				
60.	Завтрак	9-00	КБК	
61.	ОФП	9-30 – 10-30	КБК	
62.	Настольный теннис	10-30	КБК	
63.	Обед	12-00	КБК	
64.	Тренировки на водоеме	13-00	Р. Коломенка	
65.	Ужин	17-00	КБК	
29 октября				
66.	Завтрак	9-00	КБК	
67.	Общее собрание	9-30	КБК	
68.	Обед	12-00	КБК	
69.	Общее собрание	13-00	КБК	
70.	Ужин	17-30	КБК	
30 октября				
71.	Завтрак	9-00	КБК	
72.	Общее собрание	9-30	КБК	
73.	Обед	12-00	КБК	
74.	Общее собрание	13-00	КБК	
75.	Ужин	17-30	КБК	

31 октября				
76.	Завтрак	9-00	КБК	
77.	Упаковка моделей	9-30	КБК	
78.	Обед	12-00	КБК	
79.	Учебно-методическое собрание	13-00	КБК	
80.	Ужин	16-00	КБК	
81.	Отъезд участников	17-00		

Главный тренер

С.В. Байдеряков.