



Расписание МАРТ 16.03 - 22.03.2026

Год	16ПН		17ВТ		18СР		19ЧТ		20ПТ		21СБ		22ВС		Год
2008 ЮНИОРЫ	Лед К	19:30 - 20:30	Лед Б	19:30 - 21:00	Лед К	20:30 - 21:30	Лед Б	20:45 - 21:45					Лед К	09:30 - 10:30	2008 ЮНИОРЫ
	ОФП	18:15 - 19:15	ОФП	18:15 - 19:15	ОФП	19:15 - 20:15	ОФП	19:30 - 20:30					Зал И	10:45 - 11:45	
2009			Лед К	19:45 - 21:00	Лед К	19:15 - 20:15	Лед Б	19:30 - 20:30	Лед К	21:00 - 22:00	Лед К	17:30 - 18:30	Лед К	13:15 - 15:30	2009
			Зал И	18:30 - 19:30	ОФП	18:00 - 19:00	ОФП	18:15 - 19:15	ОФП	19:45 - 20:45			ФХМ	АКМ Петрова "Вымпел"	
2010			Лед Б	18:15 - 19:15	Лед Б	18:30 - 19:30	Лед К	19:15 - 20:30	Лед Б	20:30 - 21:45	Лед К	18:45 - 19:45			2010
			Зал И	19:30 - 20:30 АКР	ОФП	17:00 - 18:00	Д	18:00 - 19:00							
2011					Лед К	18:00 - 19:00	Лед К	18:00 - 19:00	Лед К	19:45 - 20:45	Лед К	16:15 - 17:15		14:00	2011
					Зал И	16:45 - 17:45	Зал И	19:15 - 20:15 АКР	ОФП	18:30 - 19:30			ФХМ	"Рязань - ВДВ" АКМ Петрова	
2012	Лед К	15:45 - 16:45			Лед К	16:45 - 17:45	Лед К	16:45 - 17:45	Лед К	18:30 - 19:30		16:30	Лед К	10:45 - 11:45	2012
	Д	17:00 - 18:00			Зал И	18:00 - 19:00	Зал И	18:00 - 19:00 АКР			ФХМ	"Буран" АКМ Петрова	Зал И	12:00 - 13:00	
2013			Лед К	17:00 - 18:00	Лед К	14:15 - 15:15	Лед К	10:15 - 12:30	Лед Б	19:15 - 20:15	Лед Б	15:00 - 16:15		12:45	2013
			ОФП	15:45 - 16:45 АКР	Зал И	15:30 - 16:30	ФХМ	АКМ Петрова "Балашиха"	Зал И	18:00 - 19:00			ФХМ	"Запад - Ястребы" АКМ Петрова	
2014	Лед К	17:00 - 18:00	Лед К	06:15 - 07:15	Лед Б	06:15 - 07:30	Лед К	15:30 - 16:30	Лед К	16:15 - 17:15	Лед К	13:45 - 16:00			2014
	Зал И	18:15 - 19:00	Зал И	07:30 - 08:30			Зал И	16:45 - 17:45 АКР			ФХМ	АКМ Петрова "Марьино"			
2015			Лед К	18:15 - 19:30	Лед К	15:30 - 16:30	Лед Б	18:30 - 19:30	Лед К	17:30 - 18:30	Лед К	12:30 - 13:30		14:15	2015
			ОФП	17:00 - 18:00	Д	16:45 - 17:45	ОФП	17:15 - 18:15	ОФП	16:15 - 17:15			ФХМ	"Витязь" г. Подольск АКМ Петрова	
2016			Лед К	15:30 - 16:45			Лед К	14:15 - 15:15	Лед К	15:15 - 16:15	Лед К	11:00 - 12:15	Лед Б Тов. Иг.	11:15 - 12:45	2016
			Зал И	17:00 - 18:00			Зал И	15:30 - 16:30	Зал И	16:30 - 17:30					
ВРАТАРИ	Лед К	18:15 - 19:15											Лед К	15:45 - 16:45	ВРАТАРИ
2017	Лед К	14:15 - 15:30	Лед К	14:00 - 15:15	Лед К	06:30 - 07:45			Лед К	14:00 - 15:00		12:30 "Дмитров" АКМ Петрова			2017
	Зал И	15:45 - 16:45	Зал И	15:30 - 16:30							ФХМО				
2018	Лед К	12:45 - 14:00			Лед К	12:45 - 14:00	Лед К	06:15 - 07:30 12:45 - 14:00	Лед К	12:45 - 14:00	Лед К	06:15 - 07:15			2018
	Зал И	14:15 - 15:15			Зал И	14:15 - 15:15	Зал И	14:15 - 15:15 АКР	Зал И	14:15 - 15:15	БЗ	07:30 - 08:30			
2019	Лед К	10:00 - 11:15	Лед К	10:00 - 11:15			Лед Б	08:00 - 09:15	Лед К	10:00 - 11:15					2019
	Зал И	11:30 - 12:30	Зал И	11:30 - 12:30			ОФП	09:30 - 10:30							
2020	Лед К	08:45 - 09:45			Лед К	08:45 - 09:45	Лед К	09:00 - 10:00	Лед К	08:45 - 09:45					2020
	БЗ	10:00 - 11:00			Зал И	10:00 - 11:00 АКР	Зал И	10:15 - 11:15 АКР	Зал И	10:00 - 11:00					
2021														2021	

Лед Б - Лед Большой	Зал И- Зал Игровой	БЗ- бросковый зона	Д- дорожка	ДОП Платная Тренировка	ПР - Пробежка
Лед К- Лед Канадка	ТЗ- тренажерный зал	СЗ- стадион "Зоркий"		ОФП - зеленая зона	М/Т - Ментальный тренинг