



Расписание ДЕКАБРЬ 22.12 - 28.12.2025

Год	22ПН		23ВТ		24СР		25ЧТ		26ПТ		27СБ		28ВС		Год
2008 ЮНИОРЫ	Лед К	18:15 - 19:15	Лед К	11:00 - 13:15	Лед К	10:00 - 12:15		16:35			Лед К	18:30 - 19:30	Лед Б	11:15 - 12:15	2008 ЮНИОРЫ
			ФХМ	АКМ Петрова "МАХ - 2"	ФХМО	АКМ Петрова "Лидер" г. Ивантеевка	ФХМ	"МАХ-2" АКМ Петрова			Зал И	17:15 - 18:15	ОФП	12:30 - 13:30	
2009			Лед К	20:00 - 21:00	Лед К	20:30 - 21:30	Лед К	19:30 - 20:30	Лед Б	20:45 - 21:45	Лед Б	14:30 - 15:30		14:45	2009
			Зал И	18:45 - 19:45	ОФП	19:15 - 20:15	ОФП	18:15 - 19:15	ОФП	19:30 - 20:30			ФХМ	"Гранит - Митино" АКМ Петрова	
2010			Лед К	18:45 - 19:45	Лед К	19:15 - 20:15	Лед К	18:15 - 19:15	Лед К	19:45 - 21:00					2010
			ОФП	20:00 - 21:00	ОФП	17:45 - 18:45	Зал И	19:30 - 20:30 АКР	ОФП	18:15 - 19:15					
2011			Лед К	17:30 - 18:30	Лед К	06:15 - 07:30	Лед К	16:00 - 17:00	Лед Б	19:30 - 20:30	Лед Б	13:15 - 14:15		15:00	2011
			Зал И	16:15 - 17:15					Зал И	18:00 - 19:00			ФХМ	"Русь" АКМ Петрова	
2012	Лед К	19:30 - 20:30			Лед К	16:45 - 17:45	Лед К	17:15 - 18:15	Лед Б	18:15 - 19:15	Лед К	11:00 - 13:15			2012
	ОФП	18:15 - 19:15			Зал И	18:00 - 19:00	Зал И	18:30 - 19:30 АКР			ФХМ	АКМ Петрова "Гранит - Митино"			
2013			Лед К	16:15 - 17:15	Лед К	15:30 - 16:30		11:45	Лед К	10:15 - 12:30	Лед Б	15:45 - 16:45	Лед К	12:30 - 13:30	2013
			ОФП	17:30 - 18:30			ФХМ	"Гранит - Митино" АКМ Петрова	ФХМО	АКМ Петрова "Химик" г. Воскресенск	Зал И	14:30 - 15:30	Зал И	11:15 - 12:15	
2014	Лед К	17:00 - 18:00			Лед Б	06:15 - 07:30	Лед Б	06:15 - 07:30	Лед К	17:00 - 18:00	Лед К	13:30 - 15:45	Лед К	13:45 - 14:45	2014
	Зал И	18:15 - 19:00							М/Т	17:30 - 18:15	М/Т	15:45 - 16:30	ФХМ	АКМ Петрова "Спартак - Спорттех"	
	М/Т	15:45 - 16:30											Зал И	12:30 - 13:30	
2015			Лед К	06:15 - 07:30	Лед К	18:00 - 19:00	Лед К	14:30 - 15:45	Лед К	18:15 - 19:30	Лед Б	12:00 - 13:00	Лед К	10:00 - 12:15	2015
					Зал И	16:45 - 17:45	Зал И	16:00 - 17:00 АКР	Зал И	17:00 - 18:00			ФХМ	АКМ Петрова "Балашиха"	
2016			Лед К	15:00 - 16:00		12:00	Лед К	06:30 - 07:45	Лед К	15:45 - 16:45	Лед К	16:00 - 17:00			2016
					ФХМ	АКМ Петрова "Ак. Харламова"									
ВРАТАРИ	Лед К	15:45 - 16:45									Лед К	17:15 - 18:15			ВРАТАРИ
2017	Лед К	14:15 - 15:30	Лед К	13:45 - 14:45	Лед К	14:15 - 15:15			Лед К	14:15 - 15:30					2017
	Зал И	15:45 - 16:45	Зал И	15:00 - 16:00	Зал И	15:30 - 16:30									
2018	Лед К	12:45 - 14:00			Лед К	12:45 - 14:00	Лед К	13:00 - 14:15	Лед К	12:45 - 14:00	Лед К	06:30 - 07:45			2018
	Зал И	14:15 - 15:15			Зал И	14:15 - 15:15	Зал И	14:30 - 15:30 АКР	Зал И	14:15 - 15:15	БЗ	08:00 - 09:00			
2019	Лед К	10:00 - 11:15	Лед К	09:30 - 10:45			Лед К	10:00 - 11:15	Лед К	08:45 - 10:00					2019
	Зал И	11:30 - 12:30	Зал И	11:00 - 12:00			Зал И	11:30 - 12:30							
2020	Лед К	08:45 - 09:45			Лед К	08:45 - 09:45			Лед Б	08:15 - 09:15					2020
	ОФП	10:00 - 11:00			ОФП	10:00 - 11:00 АКР									
2021															2021

Лед Б - Лед Большой	Зал И- Зал Игровой	БРЗ- 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	