**14.05.2020г. Четверг**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ФИО тренера-преподавателя | Время | Формат проведения занятия | Тема занятия |
|  |  Работа в социальных сетях: инстаграм, контакт….. |
| 1 | Гришина Фаина Ахметовна  | 09.00-09.30 | Whatsapp (электронный кейс)- онлайн занятие | ЛФК «Здоровый ритм» - ОФП |
| 2 | Гиззатуллин Ильяс Фаритович | 18.30-19.00 | Конференция ВКС (Zoom) | Лапта –Осаливание (бросок мяча в соперника) |
| 3 | Фатхутдинова Алия Азатовна | 15.00-15.30 | Whatsapp (электронный кейс) | Отработка приема через бедро |
| 4 | Сагитов Ильдар Расулович | 15.30-16.00 | Whatsapp (электронный кейс) | Повторение ОФП, СФП -дзюдо |
| 5 | Мухаметдинов Дамир Раисович | 16.00-16.30 | Whatsapp (электронный кейс) | Программирование Лего ЕVЗ |
| 6 | Ганиев Ринат Римович | 16.30-17.00 | Whatsapp (электронный кейс) | Стиль плавания кроль на спине, разбор техники, ошибки. |
| 7 | Латыпова Танзиля Тахировна | 17.00-17.30 | Whatsapp (электронный кейс) |  Специальная техническая подготовка |
| 8 | Янбухтин Вадим Алекович | 17.30-18.00 | Конференция ВКС (Zoom) | Баскетбол – Совершенствование дриблинга |
| 9 | Милушкин Валерий Викторович | 18.00-18.30 | ВКС (Zoom) | Мышцы спины |
| 10 | Нургалиев Вадим Фидратович | 18.00-18.30 | Онлайн  | Интенсивная интервальная тренировка в домашних условиях |
| 11 | Хисамутдинов Марат Марселевич | 18.30-19.00 | Whatsapp (электронный кейс) | Тактика атаки |
| 12 | Кудоярова Эльвира Айратовна | 19.00-19.30 | Whatsapp (электронный кейс) | КВН на позитиве |