

«Согласовано»
с профсоюзным комитетом ГКУ КБР
«СШ по неолимпийским видам спорта»
Рогова С.А.
Протокол № 24 от «3» 10 2022г.

Директор ГКУ КБР «СШ по
неолимпийским видам спорта»
З.Б.Черкесов
Приказ № _____ от «08» 09 2022г.

**Режим тренировочной нагрузки тренеров ГКУ КБР «СШ по неолимпийским видам спорта»
на сентябрь 2022-2023 спортивный сезон**

Филиал спортивных и боевых единоборств													
	Ф.И.О.	категория	группы	СО	НП-1	НП-2,3	ТГ-1,2	ТГ-3,4	ССМ	ВСМ	Кол-во час/нед	Всего час	Всего чел
1	Ахметов А.А. Основной киокусинкай		СО	20							6	12	40
			НП-2			20					6		
2	Бецуков Х.З. Основной кикбоксинг	высшая	ТГ-1				10				12	36	50
			ТГ-4					10		18			
			СО	30						6			
3	Джинчарадзе З.Р. основной киокусинкай	высшая	СО	30							6	32	56
			ССМ-2						3	18			
			ТГ-2					11		8			
			ТГ-2					12		8			
4	Караев А.Ш. Основной Всестилевое каратэ	вторая	СО	16							6	24	43
			ТГ-4						12	18			
			СО	15						6			
5	Кудаев А.М.	высшая	ТГ-2				29				12	40	38

	Основной кикбоксинг		ССМ-1,3						7		28		
			ВСМ							2	32		
6	Османов М.Г. Совместитель киокусинкай	вторая	ТГ-1				13				8	8	13
7	Сабанчиев М.А. Основной Всестилевое каратэ		ТГ-4					9			18	36	27
			ССМ-1,2						5		24		
			ТГ-2				13				12		
	Ф.И.О.	категория	группы	СО	НП-1	НП-2,3	ТГ-1,2	ТГ-3,4	ССМ	ВСМ	Кол-во час/нед	Всего час	Всего чел
8	Шахмурзаев Ш.А. основной Всестилевое каратэ	высшая	ТГ-2				14				12	24	62
			НП-2			18					6		
			СО	30							6		
9	Шомахов В.Х. Основной каратэ	высшая	СО	20							6		35
			ТГ-1				15				12	18	
10	Аппаев А.М. Совместитель киокусинкай	высшая	НП-3			15					6	12	34
			СО	19							6		
11	Губашиев А.Б. Основной каратэ	высшая	ССМ-3						3		24	40	51
			СО	28							6		
			ТГ-2				12				12		
			ТГ-3					8			18		
12	Бабаев Р.Х. основной Всестилевое каратэ	вторая	СО	15							6	18	25
			ТГ-2				10				12		

13	Насыпьев Т.М. Основной киокусинкай	первая	НП-2			19				6	28	85
			НП-1		20				4			
			СО	30					6			
			ТГ-3				16		12			
14	Кармоков А.Х. Основной киокусинкай	высшая	СОГ	20						6	22	61
			НП-1		16				4			
			ТГ-4				12		12			
			ТГ-3				13		12			
15	Кампаров Р.А. Основной каратэ	высшая	СО	15						6	33	44
			ТГ-3				15		18			
			НП-3			14		9				
16	Кучменов Р.Х. Основной кикбоксинг	высшая	ТГ-4					12		18	27	45
			НП-3			15		9				
			СО	18				6				
17	Кешев Д.А. Основной Всестилевое каратэ	высшая	СО	30						6	24	62
			НП-2			20		6				
			ТГ-3				12		12			
18	Майрамуков К.В. основной Всестилевое каратэ	высшая	СО	31						6	18	67
			НП-2			20		6				
			НП-2			16		6				
19	Захохов Н.В. основной	вторая	СОГ	30						6	20	65

	киокусинкай		НП-3			20					6				
			ТГ-2								8				
20	Балагова А.Ю. Основной тхэквондо	высшая	ТГ-1								12	30	80		
			ТГ-1								12				
			СОГ	24							6				
			СОГ	24							6				
21	Хашукоев А.Н. Основной ММА	б/к	НП-2			17					8	14	44		
			СОГ	27							6				
22	Мешев А.А. Основной каратэ	вторая	НП-3			16					9	24	45		
			НП-3			16					9				
			НП-1		13						6				
23	Жантудуев А.А. Совместитель ММА	б/к	СОГ	30							6	6	30		
24	Аксоров А.Ю. Основной всестилевое каратэ	б/к	СОГ	15							6	6	15		
25	Жамурзов Б.Т. Совместитель ММА	б/к	СОГ	17							6	6	17		
26	Азизов Х.Т. Основной ММА	вторая	СОГ	16							6	12	32		
			СОГ	16							6				
27	Биткаш Д.А. Совместитель киокусинкай	высшая	НП-2			12					6	18	49		
			СОГ	25							6				
			НП-2			12					6				
28	Жаникаев А.Р.	б/к	СОГ	30							6	6	30		

	Основной ММА												
29	Бжекшиев А.Т. Основной ММА	высшая	ВСМ-2							4	28	28	4
30	Дышекков М.Х. Основной всестилевое кاراتэ	б/к	ТГ-3					8			18	28.5	58
			НП-1		20					4.5			
			СОГ	30					6				
	всего		72	651	69	250	186	127	18	6			1307

Филиал по шахматам

1	Эльжирокков А.Х. основной	б/к	СОГ	30							6	8	41
			ТГ-3					11			12		
2	Кушхов Р.П. основной	б/к	СО	18							6	30	34
			ТГ-3					8			12		
			ТГ-3					8			12		
3	Шахмурзов А.М. Вн.совместитель	б/к	СОГ	30							6	6	30
4	Гедгафов Ч.А. Вн.совместитель	б/к	ТГ-1				12				9	9	12
5	Шахмурзова Ф.А. совместитель	первая	НП-1		15						6	12	35
			СОГ	20							6		
6	Готыжев Р.Х. основной	б/к	НП-2			20					8	22	65
			НП-2			20				8			
			СО	25					6				
	ВСЕГО:		12	123	15	40	12	27					217

Филиал рукопашного и универсального боя

	Ф.И.О.	категория	группы	СО	НП-1	НП-2,3	ТГ-1,2	ТГ-3,4	ССМ	ВСМ	Кол-во час/нед	Всего час	Всего чел
1	Коцев М.Г. основной Универсальный бой	первая	СО	30							6	32	80
			ТГ-1			14					10		
			НП-2			20					6		
			ТГ-2			16					10		
2	Бетуганов Р.В. совместитель Универсальный бой	высшая	ТГ-4					12			14	14	12
3	Гериев Х.Н. совместитель Универсальный бой	высшая	ТГ-2				15				10	10	15
4	Шереужев А.А основной Универсальный бой	первая	СО	15							6	24.5	47
			НП-1		20						4.5		
			ТГ-3					12			14		
5	Шомахов К.Х. основной Универсальный бой	высшая	ТГ-1				16				10	36	49
			СОГ	30							6		
			ССМ-2						3		20		
6	Карданов Э.М. основной Универсальный бой	первая	СО	20							6	30	56
			ТГ-1				12				10		
			ТГ-4					12			14		
			ТГ-3					12			14		

7	Джаппуев А.Н. основной Универсальный бой	б/к	СОГ	20						6	15	60
			НП-1		20					4.5		
			НП-1		20					4.5		
8	Шереужев Т.Ж. основной Универсальный бой	б/к	НП-1	20						4.5	20.5	52
			ТГ-1				12			10		
			СОГ	20						6		
9	Тхашугоев А.Р. основной Универсальный бой	вторая	ТГ-1				14			10	30	42
			ТГ-1				14			10		
			ТГ-1				14			10		
10	Костачков Л.А. основной рукопашный бой	первая	СО	30						6	27	61
			ТГ-1				15			9		
			ТГ-5					16		12		
11	Карашев Ж.М. Внутр.совместитель рукопашный бой	высшая	ТГ-3				13			12	12	13
12	Дзигалов А.З. основной Универсальный бой	высшая	ТГ-3				12			14	24	34
			ТГ-2				8			10		
			ТГ-1				14			10		
13	Черкесов З.Б. вн.совместитель Универсальный бой	высшая	ТГ-3				11			14	14	11
14	Барагунов З.И. основной рукопашный бой	высшая	СО	20						6	20	52
			НП-3				18			5		
			ТГ-1				14			9		

15	Кодзоков И.Т. основной Универсальный бой		СО	20						6	26	48
			ТГ-1				14			10		
			ТГ-1				14			10		
16	Тагузлов А.А. основной рукопашный бой		СОГ	30						6	14	70
			НП-1		20					4		
			НП-1		20					4		
	ВСЕГО:		42	235	120	38	206	100	3			702
53	ИТОГО:		126	1009	204	328	404	254	21	6		2226

	Ф.И.О.	категория	группы	СОГ	ГНП -1	ГНП -2,3	УТГ- 1,2	УТГ-3,4	ССМ-1	ССМ -2,3	Кол-во час/нед	Всего час	Всего чел
--	--------	-----------	--------	-----	-----------	-------------	-------------	---------	-------	-------------	-------------------	-----------	-----------

Заместитель директора



Л.П.Проценко