

PALANGOS SPORTO CENTRO TVARKARAŠTIS 2023-2024 MOKSLO METAMS

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS SC SPORTO SALĖJE (Ganyklų g. 18 nuo 2023-10-30 iki 2024- 03-15)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Badmintonas	Vaida Slušnienė		14.00-16.10	14.00-16.10	14.00-16.10			
Futbolas	Gvidas Juška II gr. I gr.	15.15-16.30 16.15-17.30		16.15-17.45		15.15-16.30 16.30-18.00		
Futbolas	Simonas Juška II gr. I gr.	14.00-15.30	16.15 17.45		16.15-17.45	14.00-15.30		
Tinklinis	Vizgaudas Banys I gr.	18.15-20.15	17.45-19.15	17.45-19.45	17.45-19.15	18.00-20.00		
Tinklinis	Romas Strockis I gr.	17.15-19.15	18.15-20.15		18.15-20.15			

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS STADIONE (Sporto g. 3 nuo 2023-03-01 iki 10-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Futbolas	Gvidas Juška II gr. I gr.	15.00-16.30 16.30-18.30	15.00-16.30 16.30-18.30	15.00-16.30 16.30-18.30	15.00-16.30 16.30-18.30	16.30-18.30		
Futbolas	Simonas Juška I gr. II gr. III gr.	15.45-17.30 19.00-20.45 17.30-19.00	15.45-17.45	15.45-17.30 19.00-20.45 17.30-19.00	15.45-17.45 17.45-19.30	15.45-17.30 19.00-20.45 17.30-19.00		
Futbolas	Arūnas Macius I gr.	17.15-19.15		17.15-19.15	17.15-19.15			

BOKSO TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS (2023-09-01 iki 2024-06-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Boksas	Algirdas Rasimas I gr. II gr.	14.00-15.45 16.00-18.15	16.00-18.15	14.00-15.45 16.00-18.15	14.00-15.45 16.00-18.15	14.00-15.00 16.00-17.30		
Boksas	Ažuolas Zubė I gr. II gr.	17.00-18.45 15.00-16.30	17.00-18.45 15.00-16.30	17.00-18.45	17.00-18.45 15.00-16.30	17.00-18.00 15.00-16.00		
Boksas	Saulius Simė I gr.	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-18.00	16.15-17.45		

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS SC DZIUDO SALĖJE (Ganyklų g. 18 nuo 2023-09-01 iki 2024-06-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Dziudo	Erikas Cchovrebovas II gr. I gr.	15.00-15.45 16.00-18.00	16.30-18.00 18.00-20.00	15.00-15.45 16.00-18.00	16.30-18.00 18.00-20.00	16.30-18.00 15.30-16.30		

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS SC AEROBINĖS GIMNASTIKOS SALĖJE (Sporto g. 3 nuo 2023-09-01 iki 2024-06-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Aerobinė gimnastika	Irina Šlimienė I gr.	15.00-17.10		15.00-17.10		15.00-17.10		

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS VL.JURGUČIO PROGIMNAZIJS SPORTO SALĖJE (nuo 2023-09-01 iki 2024-05-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis
Krepšinis	Artūras Podlinevas I gr.	16.00-18.00		16.00-18.00	16.00-18.00	15.00-17.00	11.00-12.30

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS SENOSIOS GIMNAZIJS SPORTO SALĖJE (nuo 2023-09-01 iki 2024-05-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis
Futbolas	Arūnas Macius	18.45-20.15	17.30-19.15				
Futbolas	Simonas Juška III g.	17.45-19.00		18.00-20.00	18.00-20.00		
Tinklinis	Vizgaudas Banys II g.	16.15-18.00	15.45-17.30		15.45-17.30	15.45-17.30	

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS UNIVERSALIOJE SPORTO SALĖJE (nuo 2023-09-01 iki 2024-06-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis	Sekmadienis
Krepšinis	Regimantas Juška I gr.	13.45-15.00	13.45-15.00	13.45-15.00	13.45-15.00	13.45-15.00	8.45-10.00	
	II gr.		15.00-16.30			15.00-16.30	10.15-11.45	
	III gr.	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	17.00-19.00	12.00-14.00	
Krepšinis	Daiva Mažionienė I gr.	15.15-16.20	17.30-19.00	15.15-16.20	18.45-20.00 BFR	15.00-16.20		9.30-11.00
	II gr.	16.20-17.50	16.00-17.30	16.20-17.50	16.00-17.30	16.20-17.50		9.30-11.30
	III gr.	17.50-19.20	17.30-19.20	19.50-19.20	17.30-19.20	17.50-19.20		11.30-13.30
Krepšinis	Egidijus Kukta I gr.	15.45-17.15	15.45-17.15	15.45-17.15	15.45-17.15			
Futbolas	Gvidas Juška II gr.		14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-15.30			
	I gr.		15.45-17.15 BFR		15.45-17.15 BFR			
Futbolas	Simonas Juška II gr.		14.00-15.30	14.00-15.30	14.00-15.30			
	I gr.	15.30-17.00 BFR		15.30-17.00 BFR				
Futbolas	Arūnas Macius				17.30-19.00 BFR			

BFR – Bendras fizinis ruošimas

TRENIRUOČIŲ TVARKARAŠTIS BASEINE (nuo 2023-09-01 iki 2024- 06-30)

Sporto šaka	Treneris	Pirmadienis	Antradienis	Trečiadienis	Ketvirtadienis	Penktadienis	Šeštadienis
Plaukimas	Žydrūnė Budrienė I gr. II gr.	15.00-16.30 16.30-18.00	15.00-16.30 16.30-17.15 M 17.15-18.45 B	15.00-16.30 16.30-18.00	15.00-16.30 16.30-17.15 M 17.15-18.45 B	15.00-16.30 16.30-18.00	
Plaukimas	Gitana Kemėšienė I gr. II gr.	15.00-15.45 15.30-17.00	14.00-15.30 15.30-17.00	15.00-15.45 16.00-17.30	14.00-15.30 15.30-17.00	14.00-15.30 15.30-17.00	
Plaukimas	Ina Paipelienė I gr. II gr.	16.00-16.45 S 16.45-17.30 B 17.30-19.00	15.00-17.00 7.00-8.30 17.00-18.30	15.00-15.45 S 15.45-17.45 B 17.15-18.00 S 18.00-19.30 B	15.30-17.00 7.00-8.30 B 17.00-18.30 B	15.45-16.30 S 16.30-18.00 B 18.00-18.45 B	
Plaukimas	Darius Stanelis I gr.	14.00-15.45	14.00-15.45	14.00-15.45			

B -Baseinas
M-Maniežas
S-Salė

Sudarė:
Direktoriaus pavaduotojas

Arūnas Macius